

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА (КГПУ им. В.П. Астафьева)
Факультет начальных классов

Кафедра естествознания, математики и частных методик
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Ожегова Наталья Александровна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**Профилактика употребления психоактивных веществ
младшими школьниками на занятиях кружка
«Страна здоровья»**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование

Допускаю к защите

Зав.кафедрой

Канд.биол. наук, доцент ВАК Панкова

17.12.19 Панкова

Руководитель

Канд.биол. наук, доцент ВАК Панкова

Дата защиты 27.12.2019г.

Обучающийся Ожегова Н.А.

Ожегова Н.А.

Оценка хорошо

Красноярск, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава I. ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА.....	6
1.1 Понятие «психоактивные вещества» и факторы риска возникновения их употребления.....	6
1.1.1. Классификация психоактивных веществ.....	7
1.1.2. Факторы риска употребления психоактивных веществ.....	12
1.2. Психофизиологические особенности младших школьников.....	13
1.2.1 Возрастные особенности употребления ПАВ в младшем школьном возрасте 18	
1.3 Способы профилактики риска возможного употребления психоактивных веществ младшими школьниками.....	20
1.3.1 Учебные предметы.....	25
1.3.2. Внеурочная деятельность.....	25
1.3.3. Внеклассная деятельность.....	32
Выводы по главе 1.....	34
Глава 2. ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ.....	36
2.1. Организация и методы исследования.....	36
2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента.....	41
2.3. Разработка комплекса специальных кружковых занятий «Страна здоровья» для младших школьников	48
Выводы по главе 2.....	61
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	62
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	64
Приложения.....	69

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы практически во всех регионах Российской Федерации употребление психоактивных веществ (ПАВ) приняло характер эпидемии. Чем глобальнее изменения в обычном ритме жизни, устоях, традициях, тем больше вероятность того, что часть общества, не найдя в себе силы адаптироваться к социуму, предпочитает уход в наркогенную среду. Как правило, уровень наркотизации все больше захватывает детско-подростковую популяцию со сдвигом показателей употребления ПАВ в младшие возрастные группы. Происходит неуклонное «омоложение» наркомании: средний возраст начала употребления алкоголя среди мальчиков снизился до 12,5 года, среди девочек до 12,9 года; возраст приобщения к токсико-наркотическим веществам снизился соответственно до 14,2 года среди мальчиков и 14,6 года среди девочек (Т.Н. Дудко, Н.В. Вострокнутов, А.А. Гирни, А.М. Басов и др.)

Анализ наркогенной ситуации в детской популяции как по стране, так и на муниципальном уровне дает основание рассматривать ее как важную проблему, для решения которой назрела острая необходимость активных действий в организации профилактики употребления ПАВ.

Понять сущность ПАВ позволяют исследования А.А. Ухтомского (учение о доминантном центре), Д.В. Колесова (учение о потребностном центре и влиянии наркогенных веществ на эмоциональную, нравственную, волевую сферы человека), Э.А. Битенского и В.С. Бабаян (биологический механизм формирования наркозависимости).

В многочисленных исследованиях в области профилактики употребления ПАВ описан ряд превентивных моделей с позиций определенных наук – педагогики, социологии, медицины, права (Е.В. Аверина, М.М. Безруких, И.Н. Гурвич, Г.В. Латышев, Л.Д. Мирошниченко, Г.П. Скрипкина, З.А. Слобода, И.И. Хажиллина, Е.А. Чернов и др.).

Цель исследования – изучение актуального состояния потенциальной готовности младших школьников к возможному употреблению ПАВ и разработка комплекса специальных кружковых занятий по ее профилактике.

Гипотеза исследования: уровень потенциальной готовности младших школьников к употреблению психоактивных веществ определяется информированностью о ПАВ и последствиях их употребления, пониманием школьниками негативного влияния ПАВ на жизненно важные качества человека и наличием у респондентов возможной силы противодействия в наиболее типичных ситуациях приобщения младших школьников к употреблению ПАВ.

Объект исследования – процесс профилактики употребления психоактивных веществ младшими школьниками на занятиях кружка «Страна здоровья».

Предмет исследования – актуальное состояние потенциальной готовности младших школьников к возможному употреблению психоактивных веществ.

Задачи исследования:

1. Теоретически изучить понятие «психоактивные вещества», факторы готовности к возможному употреблению их младшими школьниками; психофизиологические особенности младших школьников и влияние ПАВ на них, способы профилактики возможного употребления психоактивных веществ младшими школьниками.

2. Провести первичную диагностику потенциальной готовности младших школьников к употреблению ПАВ.

5. Разработать комплекс занятий кружка «Страна здоровья» для младших школьников для профилактики этой вредной привычки.

Методы исследования: теоретические (анализ литературы по проблеме исследования); эмпирические (констатирующий эксперимент).

Структура выпускной квалификационной работы обусловлена поставленными задачами и состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы.

Глава I. ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Понятие «психоактивные вещества» и факторы риска возникновения их употребления

Термин «психоактивные вещества» («ПАВ») введен в широкий обиход сравнительно недавно. Его определение отсутствует в подавляющем большинстве изданных примерно десять и более лет назад энциклопедий и словарей.

Вопрос о юридической природе ПАВ в современной научной юридической литературе только начинает рассматриваться на комплексной основе.

Исследователи Красильников Г.Т., Киселева Л.Т. дают ПАВ следующее определение: «Психоактивные вещества – это вещества, способные вызвать изменения психической деятельности человека» [27].

А.И.Головко указывает, что психоактивные вещества - собирательный термин. Он включает медицинскую характеристику этих соединений, заключающуюся в их особом воздействии на ЦНС, способности стимулировать психическую деятельность, вызывать эйфорию, галлюцинацию, возбуждение, седативный (успокаивающий), снотворный эффекты и т.д. [17]

Исходя из анализа определений психоактивных веществ (ПАВ) В.Л. Беловым предлагается следующее определение: Психоактивные вещества (ПАВ) - химические субстанции и препараты природного или искусственного происхождения, влияющие при их употреблении на функционирование центральной нервной системы и вызывающие изменения психической деятельности человека [10]

При этом, не важно, является ли конкретное ПАВ лекарственным средством, используемым в качестве лекарственного средства, либо изначально предназначенное для получения «удовольствия».

Основой понятия ПАВ являются критерии отнесения к ним тех или иных веществ. Обобщая вышеизложенное, можно с уверенностью утверждать о наличии двух основных критериев отнесения веществ к ПАВ:

- отнесение к классу химических веществ (природного или искусственного происхождения);
- способность конкретного химического вещества вызывать различные изменения психической деятельности человека.

При этом необходимо отметить, что не все ПАВ являются наркотическими средствами и психотропными веществами.

1.1.1. Классификация психоактивных веществ

Несмотря на кажущуюся простоту, это основополагающий принцип, из которого в дальнейшем исходят «логические цепочки» критериев для веществ, входящих в структуру ПАВ.

Так, входящие в состав ПАВ, наркотические средства и психотропные должны соответствовать трем дополнительным критериям:

- медицинскому – когда ПАВ в случае злоупотребления им вызывает физиологическую и (или) психологическую зависимость»;
- социальному – когда злоупотребление психоактивным веществом приобретает такие масштабы, что становится социально-значимым;
- юридическому – когда вещество включается выше в соответствующие международные и национальные списки [11]

ПАВ разделяются по механизмам действия на центральную нервную систему (ЦНС), по происхождению и по степени наркогенности.

Классификация ПАВ по типу влияния на центральные нервные функции:

1. Вещества, угнетающие мозговые функции (супрессоры ЦНС): алкоголь, опиоиды, лекарственные препараты снотворно-седативной группы, летучие органические вещества (средства бытовой химии)

2. Вещества, стимулирующие мозговые функции (стимуляторы ЦНС):- кокаин, психостимуляторы амфетаминового ряда, кофеин и другие производные ксантина.

3. Галлюциногены (психотомиметики, психодизлептики): диэтиламид лизергиновой кислоты (ЛСД-25), мескалин, псилоцибин, фенциклидин,

4. Каннабиоиды (алкалоиды конопли), тетрагидроканнабинол, каннабигерол, каннабидиол.

5. Никотин [39].

Как видно из классификации, каннабиноиды и никотин не входят в три основные категории ПАВ (супрессоров ЦНС, стимуляторов ЦНС и галлюциногенов), а составляют собственные фармакологические группы, что объясняется сложностью и своеобразием производимых ими психотропных эффектов.

По происхождению психоактивные субстанции разделяются на природные, полусинтетические и синтетические вещества.

Так, среди опиоидов природными наркотиками являются препараты опия и его отдельные алкалоиды — морфин и кодеин, к полусинтетическим веществам относится героин (диацетилморфин), а примерами синтетических ПАВ служат фентанил и метадон.

ПАВ различаются по степени наркогенности, или величине наркогенного потенциала (abuse potential). Наркогенный потенциал представляет собой количественный параметр, определяемый темпом развития и тяжестью зависимости, возникающей при повторном употреблении ПАВ.

В соответствии с наркогенными свойствами ПАВ можно разделить на следующие категории:

- с высокой степенью наркогенности (героин, метадон, кокаин);
- со средней степенью наркогенности (алкоголь, тетрагидроканнабинол, кодеин, алпразолам);
- с умеренной и низкой степенью наркогенности (оксазепам, никотин, кофеин).

Степень наркогенности ПАВ не зависит от механизма его действия, и в пределах одной фармакологической группы веществ эта величина может быть подвержена значительным колебаниям. Например, величины наркогенного потенциала несопоставимы у кофеина и амфетамина,

психопатологические последствия злоупотребления которыми рассматриваются МКБ-10 в одной рубрике.

Помимо классификации на основе перечисленных критериев, с юридической точки зрения (в связи с наличием или отсутствием государственного контроля оборота) психоактивные субстанции, а также содержащие их пищевые и промышленные продукты подразделяются на следующие категории:

- вещества содержащие их продукты, оборот которых не подлежит государственному контролю (кофеин, препараты бытовой химии);
- вещества и содержащие их продукты с ограниченной с доступностью для отдельных групп населения (алкогольные напитки и табачные изделия);
- лекарственные средства (в том числе сильнодействующие препараты), подлежащие специальному учету и особому отпуску из аптек (транквилизаторы и снотворные средства, отдельные нейролептики и антидепрессанты, средства для наркоза, наркотические анальгетики);
- вещества и содержащие их наркотики, оборот которых полностью запрещен международными конвенциями (или) законами отдельных стран (героин, кокаин, метамфетамин, препараты конопли) [28].

Наличие или отсутствие контроля оборота различных ПАВ определяется величиной их наркогенного потенциала и тяжестью медицинских и социальных последствий их употребления.

Кофеин, никотин и алкоголь составляют «легальную триаду» ПАВ. Их употребление, при определенном ограничении доступности двух последних веществ для отдельных групп населения, не преследуется законом в России, Европе, США и других развитых странах [30].

Общая принадлежность кофеина, никотина и алкоголя к категории разрешенных законом ПАВ не означает их сопоставимости с точки зрения безопасности употребления. Напротив, их употребление связано с риском повышенного уровня. Это обусловлено, главным образом, мягкостью психотропных эффектов от употребления этих веществ. Зависимость формируется незаметно, внешние признаки её наличия на поведенческом уровне проявляются не так заметно, как при употреблении психотропов с

более сильным эффектом. Кроме того, зависимость не приводит к выраженным деформациям личности, как это проявляется в случае с тяжёлыми наркозависимыми, однако последствия, негативно влияющие на здоровье употребляющих вышеуказанные ПАВ, имеют, и они не менее опасны.

Речь, в частности, идёт о том, что курение в детском и подростковом возрасте исключительно пагубно влияет на обмен веществ, препятствуя усвоению витаминов и микроэлементов. Под воздействием табака происходит разрушение витамина С, который, как известно, играет ведущую роль в формировании иммунитета, и, как следствие, частота простудных и хронических заболеваний резко возрастает [22].

Помимо обменных процессов и иммунитета, от курения существенным образом страдает костно-мышечная система ребёнка, она развивается в замедленном темпе и часто наблюдаются различные деформации. Сенсорная система ребёнка так же становится объектом негативного воздействия потребления табачных изделий: возникает сначала раздражение, а после – воспаление носоглотки, что препятствует нормальной работе обонятельных органов; снижается острота зрения; падает восприимчивость к низким звукам.

Причиной анемии в любом возрасте тоже часто является курение. Значительный вред причиняет эта пагубная привычка репродуктивной системе, вплоть до бесплодия, которое проявляется во взрослом состоянии, и иных нарушений, с трудом поддающихся лечению.

Кроме того, наукой давно доказано, что курение, даже в малых дозах, провоцирует развитие общих и специфических (свойственных, в первую очередь, курильщикам) онкологических заболеваний, которые могут начать развиваться ещё в детском возрасте, притом стремительно.

Общеизвестными являются и факты крайне негативного влияния курения на состояние дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Одышка и аритмия, которые обычно сопровождают человека в пожилом возрасте, когда организм уже довольно сильно изношен и плохо поддаётся восстановлению,

становятся частными симптомами расстройств в работе детского или подросткового организма.

Особенно сильно страдает от употребления табака нервная система ребёнка, отличающаяся ещё недостаточной зрелостью и исключительно высокой уязвимостью к воздействию негативных факторов. Нарушения в работе нервной системы, в отличие от нарушений, происходящих в других системах организма и отдельных органах, выражены во внешнем плане. Среди таких внешне проявляющихся признаков можно назвать повышенную возбудимость, раздражительность, вспыльчивость, агрессивность, невнимательность. Следует отметить, что при употреблении отдельных разновидностей ПАВ, напротив, проявляются вялость, заторможенность, внимание при этом неустойчивое, рассеянное. Если ребёнок школьного возраста, то ему становится сложно сконцентрироваться на учёбе, он плохо запоминает учебный материал, снижаются мыслительные способности и, соответственно, успеваемость падает. Американскими учёными установлено, что у детей и подростков непреодолимая тяга к курению формируется очень быстро – через 2-3 дня после начала курения, а негативная симптоматика (раздражительность в периоды, когда хочется выкурить сигарету) проявляется незамедлительно [6].

В отличие от кофеина и никотина, алкоголь обладает гораздо более выраженными психотропными эффектами. Более того, токсическое воздействие на головной мозг и все системы жизнедеятельности значительно сильнее. Если систематическое употребление табака и кофеина не во всех случаях приводит к психическим расстройствам, а если и приводит, то эти нарушения не являются ярко выраженными, то при систематическом употреблении алкоголя происходит органическое поражение головного мозга и периферических нервов, что неминуемо влечёт за собой необратимые личностные изменения, психические и соматические расстройства [19, 20].

1.1.2. Факторы риска употребления психоактивных веществ

Началу употребления ПАВ могут способствовать определённые жизненные факторы, которые выступают в качестве катализатора.

Справедливости ради, отметим, что существуют и факторы, которые, напротив, препятствуют приобщению человека к ПАВ. Обстоятельства, увеличивающие вероятность начала употребления ПАВ, принято именовать факторами риска употребления психоактивных веществ [26].

Разные учёные (Е.И. Казакова, В.Е. Летунова, И.Ф. Дементьева) выделяют различные группы факторов риска употребления ПАВ.

По мнению Е.И. Казаковой, можно назвать три основные группы факторов риска, которые создают вероятностную опасность для ребёнка: психофизические, социальные и педагогические (как особый вид социальных).

Близок к этому подход В.Е. Летуновой, которая выделяет следующие группы факторов риска: медико-биологические (группа здоровья, наследственные причины, врождённые свойства, нарушения в психическом и физическом развитии, условия рождения ребёнка, заболевания матери и её образ жизни, травмы внутриутробного развития и т.д.); социально-экономические (многодетные и неполные семьи, несовершеннолетние родители, безработные семьи, семьи ведущие аморальный образ жизни; неприспособленность к жизни в обществе и т.д.); психологические (отчуждение от социальной среды, неприятие себя, невротические реакции, нарушения общения с окружающими, эмоциональная неустойчивость, неуспех в деятельности, неуспех в социальной адаптации, трудности общения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми и т.д.); педагогические (несоответствие содержания программ образовательного учреждения и условий обучения детей их психофизиологическим особенностям, темпа психического развития детей и темпа обучения, преобладание отрицательных оценок, неуверенность в деятельности, отсутствие интереса к учению, закрытость для положительного опыта, несоответствие образу школьника и т.д.) [13].

1.2.1. Психофизиологические особенности младших школьников.

К младшему школьному возрасту обычно относят период от 6-7 до 10-11 лет. В этот период происходят значительные изменения в

функционировании мозга ребенка. Это приводит к тому, что ребёнок всё более самостоятельно и произвольно способен управлять своим поведением и деятельностью. В этот же период начинается доминантное проявление того или иного полушария в зависимости от того, правша ребенок или левша. У детей этого возраста ускоряется рост, а так же происходит смена молочных зубов на постоянные.

В это время ребёнок начинает ходить в школу, и вне зависимости от возраста, происходит привыкание, приспособление к новым условиям жизнедеятельности. Данный процесс происходит индивидуально. У каждого ребенка возникают различные трудности вне зависимости от того, готов ли он психологически к началу учебной деятельности или нет, и выражаются такие трудности по-разному. Однако у большинства наблюдаются те или иные стрессовые реакции. Как утверждает Б.А. Сосновский, в основном адаптация первоклассника к школе сводится к адаптации к учителю, к его манере общения, методам воздействия и требованиям. Последние в большинстве своем являются объективными требованиями собственно школьного обучения, но встречаются и те, что воплощают предпочтения или привычки учителя. Для ребенка все они выступают одинаково важными и непреложными [20].

Период времени, требуемый для приспособления к новой ситуации, колеблется от 3-4 недель до 3-4 месяцев. В ином случае психологи уже говорят о школьной дезадаптации.

Отношения ребёнка со взрослыми и сверстниками до поступления в школу и после значительно отличаются. Когда ребёнок начинает ходить в школу, по мнению Л. Ф. Обуховой, система его отношений со взрослыми распадается на две: «ребенок - учитель» и «ребенок - родители», причем первая становится доминирующей, определяющей как отношения ребенка с родителями, так и его отношения со сверстниками [21].

Когда ребёнок приходит в школу, он сразу становится частью системы общественных отношений, где у него есть свои права и обязанности, которые он должен самостоятельно выполнять. Учитель становится эталоном всех норм и правил. Он же следит за их осуществлением, а также проверяет и

оценивает их. Дети начинают буквально копировать поведение учителя, а отношение к сверстникам исходит от того, как они проявляют себя в соответствии с введенными учителем нормами и по отношению к учителю. На этом начальном этапе ребёнок пока ещё не может выделять более или менее значительные требования, которые предъявляет учитель. К тому же, учитель может предъявить требования не только к ученикам, но и к их родителям.

Ведущим видом деятельности является учебная деятельность. Именно она определяет взаимоотношения между ребёнком и учителем и между ребёнком и его сверстниками.

Изучая возрастные особенности человека, Б. А. Сосновский определяет *учебную деятельность* как деятельность, непосредственно направленную на усвоение науки и культуры, накопленных человечеством. Однако предметы науки и культуры - это особые предметы, они абстрактны, теоретичны, необходимо научиться использовать их эффективно.

По мнению Д.Б. Эльконина и В.В. Давыдова, основной задачей младшего школьного возраста является формирование полноценной учебной деятельности у ребенка [22].

С психологической точки зрения *предметом учебной деятельности* выступает сам субъект, то есть ребенок, так как в процессе учебной деятельности изменяется именно он, становясь более умным и компетентным. Вместе с тем отмечается определенное противоречие: субъективно деятельность ребенка направлена на обобщенный опыт человечества, дифференцированный на отдельные науки, а объективно изменения должны произойти в самом субъекте.

Как утверждает Б.А. Сосновский, для отслеживания таких изменений необходима *рефлексивность* - способность наблюдать свои собственные внутренние изменения: изменения, происходящие во внутреннем плане самого субъекта. Ребенок, поступающий в школу (даже после семи лет), как правило, к такой рефлексии не способен. Поэтому в настоящее время при различных методах обучения младших школьников имеют место быть различные способы разделения компонентов учебной деятельности между ее

участниками. Процесс развития учебной деятельности - это процесс передачи все большего числа ее звеньев самому ученику [20].

В период младшего школьного возраста происходит значительный рост когнитивного развития: наблюдается формирование теоретического мышления и внутреннего плана действия. К концу четвёртого класса младший школьник должен уметь учиться. Б. А. Сосновский поясняет это следующим образом: у ребенка должна быть сформирована собственная учебная деятельность, включающая теоретическое, познавательное отношение к действительности, способность формулировать познавательные задачи, то есть, как минимум отличать известное от неизвестного, что уже является началом рефлексии.

К окончанию начальной школы должен завершиться переход от наглядно-образного мышления к словесно-логическому. Дети уже в состоянии самостоятельно делать простейшие умозаключения. Они теперь не столь подчинены зрительному полю.

Согласно Ж. Пиаже, мышление младших школьников находится на стадии конкретных операций, то есть, обратимых умственных действий. Они довольно далеки от операций, совершаемых взрослыми; они разрознены и часто нуждаются во внешних опорах, однако уже говорят о наличии у детей внутреннего плана действий, об их способности оперировать некоторыми представлениями «в уме», а следовательно, о зачатках абстрактно-теоретического мышления. Все психические процессы становятся подконтрольны самому ребенку и интеллектуализируются. Таким образом, память, внимание и восприятие становятся произвольными опосредствованными процессами. Дети учатся систематически наблюдать объекты и явления, следуя сначала указаниям учителя, а затем лишь удерживая поставленную цель. Выполняя все более сложные учебные задания при постепенно ослабевающем контроле со стороны взрослых, ребенок приучается сам контролировать свои действия. Так формируется *внимание* [20].

Как отмечал Л.С. Выготский, в семь лет ребёнок начинает относиться к себе обобщенно. Одновременно особенность данного периода также

заключается в том, что ребёнок живет в двух системах отношений, соответственно, в двух системах оценивания, где критерии отличаются. В школе и учитель, и одноклассники оцениваются прежде всего результаты учебной деятельности. Родители же все также относятся к нему как к своему ребёнку, уникальному и неповторимому, но и они реагируют на его успешность или неуспешность в школе. Последние в свою очередь значительно влияют как на умственное, так и на личностное развитие. Причина в том, что младшие школьники ещё не способны адекватно себя оценивать. В связи с этим оценку учителя они воспринимают как единственно верную и переносят ее из школьной во все остальные жизненные сферы. Ко всему прочему, таким же образом к оценке учителя относятся и остальные учащиеся, и их родители. Впоследствии это оказывает влияние на отношение окружающих к ребёнку. Вот почему успеваемость в младший школьный период играет большую роль в становлении нормальной самооценки ребёнка [24].

Как уже было упомянуто, значительную роль в развитии эмоциональной сферы детей играет поступление в школу. Увеличивается число объектов, вызывающих ещё более широкий спектр эмоций. На эмоциональную сферу младшего школьника большое влияние оказывают результаты учебной деятельности, а также отношение к ним окружающих.

Несмотря на ярко выраженные эмоциональные реакции детей этого возраста, со временем они научаются показывать лишь те из них, которые им хочется или нужно показать. Таким образом, у них появляется способность управлять своими эмоциями, т.е. совершенствуются навыки эмоционального саморегулирования.

Младшие школьники начинают испытывать более сложные чувства, возникающие в результате процесса социализации. В школе у детей развиваются такие высоконравственные чувства как любовь к Отечеству, дружба, эмпатия; интеллектуальные чувства: такие, как любознательность, чувство уверенности в правильности своего решения, удовлетворение от интеллектуального труда; эстетические чувства: любовь к прекрасному, чувство красивого и уродливого, чувство гармонии. Эмоции младшего

школьника изменяются по большей части благодаря более активной социальной жизни: меняются взаимоотношения с родителями и сверстниками, активную роль играет учитель. Для ребёнка становится значимым быть уважаемым как в семье, так и в школе.

1.2.2. Возрастные особенности употребления ПАВ в младшем школьном возрасте.

Рассмотрение вопроса о возрастных особенностях употребления ПАВ младшими школьниками следует начать с освещения главных факторов, провоцирующих курение, алкоголизацию и наркотизацию. Речь в данном случае идёт о том, что для младших школьников ключевое значение имеет пример значимых взрослых.

Несмотря на то, что в младшем школьном возрасте у ребёнка интенсивно развивается способность к оценке себя и других, сопоставлению этих оценок, он уже способен осознавать степень ценности и социальной приемлемости тех или иных поступков, мышление ребёнка ещё недостаточно зрелое для того, чтобы критически осмысливать примеры, демонстрируемые другими, и осознавать все последствия следования таким примерам.

Для младшего школьника пример значимого взрослого – это образцовая модель поведения, поэтому если для родителей младшего школьника курение – это неотъемлемый атрибут жизнедеятельности, то и для ребёнка оно не является чем-то предосудительным.

В определённой мере это относится и к употреблению алкоголя. Если ребёнок наблюдает процесс употребления старшими родственниками алкоголя, который сопровождается скандалами, драками и прочими шокирующими детскую психику действиями, то у ребёнка появляется устойчивый страх, связанный с воспринимаемыми картинками и переживаемыми в это время эмоциями. При таких условиях, вероятнее всего, ребёнок будет настроен против употребления алкоголя, но это вовсе не означает, что впоследствии, по мере взросления, ребёнок не пересмотрит своё отношение к употреблению спиртного и не пойдёт по пути своих родителей. Для того чтобы негативное отношение к алкоголю было

устойчивым, ребёнку необходимо регулярно наблюдать прямо противоположные модели образа жизни – те, в которых алкоголю нет места.

Не менее, а, возможно и гораздо более опасной является ситуация, когда ребёнок наблюдает картину спокойного распития спиртных напитков взрослыми, радостное веселье. В этом случае у ребёнка начинает формироваться ложное представление о том, что алкоголь безопасен, а его употребление ассоциируется с отдыхом, праздником, весельем. Употребление алкоголя начинает восприниматься ребёнком не просто как норма, а как стереотип, разрушить который или хотя бы опровергнуть крайне сложно, ведь причинно-следственной связи между действием и плохими последствиями не наблюдается. Мышление ребёнка в этом возрасте конкретно, а не абстрактно, оно ещё не в состоянии представить причинно-следственную взаимосвязь, не наблюдаемую непосредственно.

Ещё одна опасность негативного примера со стороны взрослых заключается в том, что младшие школьники склонны к подражанию. Это уже не то копирование поведения взрослых, которое свойственно дошкольникам, непосредственно повторяющих всё подряд. Это – довольно осознанное подражание, которое проявляется не в игровой форме, а в форме типового поведения.

Среди возрастных особенностей формирования у младших школьников аддиктивных (саморазрушающих, связанных с употреблением ПАВ) привычек следует так же назвать высокую восприимчивость организма к ПАВ. Для наступления психотропного эффекта им требуются малые доли употребляемых ПАВ – одна-две затяжки сигаретой, один-два глотка алкоголя и т.д.

Реакция организма на ПАВ сильнее и быстрее – алкогольное опьянение наступает сразу и оно продолжительнее по времени, чем у подростков и людей более старших возрастов, никотиновая интоксикация проявляется головокружением и даже потерей сознания.

Повышенная восприимчивость организма ребёнка приводит и к более стремительному формированию зависимости. Как отмечалось выше, зависимость от курения появляется после 2-3 дней курения. Что касается

алкоголя, то формирование зависимости у детей минует стадию пьянства и сразу переходит в алкоголизм. Особенно опасен пивной алкоголизм, который вызывает потребность в постоянном употреблении и тотальную неспособность даже к временному отказу.

Если младший школьник занимается спортом и начинает курить, он практически сразу утрачивает способность выдерживать прежние нагрузки. Организм даёт сбой, в первую очередь, со стороны сердечно-сосудистой системы. Любая тренировка может привести к перегрузке и, в худшем случае, к летальному исходу.

Важно понимать, что организм ребёнка сильнее подвержен пагубному воздействию не только активного употребления ПАВ, но и пассивного. В данном случае мы вновь говорим о курении, но не активном, а пассивном. Дыхательная система младшего школьника очень восприимчива к воздействию негативных внешних факторов. Об этом можно судить хотя бы по высокой частоте заболеваемости детей респираторными и бронхо-лёгочными заболеваниями. Главная опасность пассивного курения для ребёнка младшего школьного возраста заключается в высоком риске развития такого заболевания, как бронхиальная астма, которое полностью не излечивается и сопровождает заболевшего человека на протяжении всей его жизни, периодически требуя прохождения курсов лечения, а в тяжёлых случаях – постоянной поддерживающей терапии.

Таким образом, специфика употребления ПАВ в младшем школьном возрасте заключается в крайне высокой восприимчивости организма ребёнка, раннем формировании зависимости, более тяжёлых последствиях и ведущем значении примера значимых взрослых как фактора приобщения ребёнка к ПАВ или отказу от их употребления.

1.3 Способы профилактики риска возможного употребления психоактивных веществ младшими школьниками

В настоящее время необходимость разработки и осуществления как программ профилактики, так и помощи в отказе от употребления ПАВ не вызывает сомнения.

Для правильной организации профилактической работы необходимо наличие оперативной информации о ситуации и ее изменении.

Красноярском краевом Центре медицинской профилактики создана группа мониторинга вредных привычек среди детей и подростков, которая осуществляет свою деятельность в рамках программы «Факторы риска». Информационно-методическую помощь и поддержку оказывает Центр мониторинга вредных привычек среди детей и подростков ФГУ «Центральный научно-исследовательский институт организации и информатизации здравоохранения» Минздравсоцразвития России (ЦНИИОИЗ). Исследование проводилось в 2016 году в сопоставлении с данными 1999 года. В 2015 году группой мониторинга было опрошено 400 школьников.

Около половины опрошенных школьников пробовали курить. Среди юношей эта доля составила 52,0%, среди девушек - 50,0%, что существенно выше данных полученных в опросе 1999, где пробовали курить 29,8% юношей и 26,3% девушек.

Число респондентов, положительно ответивших на вопрос о том, курят ли они в настоящее время, невелико. Доля курильщиков среди учащихся мужского пола составила 21,5%, среди девушек - 18,2%, тогда как в опросе 1999 года она составляла 27,0 - 21,3%.

Удельный вес школьников, попробовавших хотя бы раз наркотическое вещество, незначительно. Среди юношей таких было 7,2% от числа опрошенных, среди девушек - 7,7%, а количество респондентов, указавших на факт приема наркотиков в настоящее время, было еще меньше: три школьника, мужского пола и 7 - женского. В опросе 1999 года доля юношей, отметивших в своей биографии факт употребления наркотически действующих веществ, равнялась 10,0%, девушек - 6,7%, а употреблять наркотики продолжало 3,2% юношей и 2,1% девушек.

Самым «популярным» психоактивным веществом у школьников является алкоголь. Его, с разной частотой, употребляют 57,2% юношей и 72,7% девушек. Распространенность употребления алкоголя среди учащихся в 1999 году была выше 73-87,5%.

Доля респондентов, употреблявших алкогольные напитки чаще одного раза в месяц, была невелика - 17,5% юношей и 15,6% девушек, тогда как среди учащихся в 1999 году таковых было более 22% среди юношей и более 20% среди девушек.

Самым «любимым» напитком учащейся молодежи является пиво. Его чаще всего употребляют 53,4% молодых людей и 63,1% девушек. Следующим по предпочтениям напитком является шампанское - 29,1% у юношей и 14,4% - у девушек и вино - 15,5% у респондентов мужского пола и 14,4% - женского.

На вопрос о том, проводились ли в школе занятия о вреде и пагубных последствиях алкоголя, положительно ответили 61,4% респондентов, информацию о вреде курения слышали 83%, а о вреде наркотиков - 84,5% учащихся. [29]

Стратегии профилактики употребления ПАВ среди молодежи целесообразно строить на следующих аспектах: защита от «пассивной» формы курения, предупреждение начала курения и употребления алкоголя, помощь в отказе от курения и употребления алкоголя [36].

Профилактика употребления ПАВ представляет собой стратегии, направленные либо на снижение влияния факторов риска формирования зависимости, либо на усиление действия факторов, которые понижают восприимчивость к этой патологии.

Первичная профилактика зависимости является избирательной. Она ориентирована на лиц, у которых уже отмечены эпизоды употребления ПАВ, либо на лиц, имеющих признаки формирующейся зависимости в ее начальной стадии. Необходимость во вторичном профилактическом воздействии возникает в тех случаях, когда заболевание имеет вероятность возникнуть (профилактика для групп риска) либо когда оно уже возникло, но еще не достигло пика своего развития [3, 18, 42].

Существенный прогресс в области профилактики употребления ПАВ обеспечивается разработкой подходов, сфокусированных на понимании профилактики как превенции, учитывающей прежде всего психосоциальные и личностные факторы, препятствующие началу наркотизации. Анализ содержательной стороны различных подходов имеет не только теоретический, но и практический интерес.

В специальной литературе описываются следующие основные современные подходы к профилактике употребления ПАВ.

1. Подход, основанный на распространении информации о психоактивных веществах.

2. Подход, основанный на роли социальных факторов.

3. Подход, основанный на формировании жизненных навыков.

4. Подход, основанный на альтернативной деятельности употребления ПАВ.

5. Подход, основанный на укреплении здоровья

6. Интегративный подход [38].

В рамках этих подходов выделяют следующее [44]:

- Предоставление информации о ПАВ, их вреде и негативных последствиях употребления (информация должна быть дифференцированной в зависимости от пола, возраста, социальных и экономических условий, характерных для того, на кого направлена).

- Формирование адекватной самооценки.

- Развитый самоконтроль.

- Гармоничное эмоциональное развитие.

- Определение значимых личностных ценностей.

- Развитие навыков распознавания и выражения эмоций.

- Развитые навыки преодоления стрессовых ситуаций.

- Оптимизм.

- Личностная и социальная компетентность.

- Навыки уверенности в себе.

- Развитие навыков обдуманного принятия решений.

- Налаживание социальных контактов, отказа, отстаивания своей позиции.
- Быть успешным.
- Гармоничные семейные отношения, построенные на эмоциональной близости и взаимном уважении, и оптимальный стиль воспитания – сочетание высокой требовательности и контроля с демократичностью и принятием (эмоциональной поддержкой ребенка родителями).
- Ясные правила, стандарты внутри семьи, постоянные обязанности (система поощрений эффективней системы наказаний).
- Ведение членами семьи здорового образа жизни (ЗОЖ). Признание ЗОЖ в качестве семейной ценности.
- Хорошая адаптация ребенка к условиям образовательного учреждения.
- Повышение общего качества обучения, усиление связи учащихся со школой.
- Принятие себя в социальной роли ученика.
- Успешная учебная деятельность.
- Успешное участие в общественных мероприятиях.
- Поощрение, вознаграждение за хорошее поведение, успехи в учебе, мероприятиях.
- Конструктивное взаимодействие и отношения со сверстниками и педагогами.
- Эффективная антинаркотическая политика в учреждении образования (школа, как место, свободное от наркотиков; проведение мероприятий, способствующих формированию развитию навыков ЗОЖ).

1.3.1 Учебные предметы

В последние годы получают распространение школы, содействующие здоровью, где вопросы формирования здоровья и здорового образа жизни органично включаются в программы преподавания различных предметов, охватывая учащихся всех классов.

В учебном процессе общая профилактика осуществляется через содержание и соответствующие педагогические технологии многих предметов [47].

Учителя-предметники должны выявить потенциальные возможности в рамках своего предмета для обращения внимания учащихся на печальные последствия, вызванные присутствием в нашей жизни разного рода зависимостей. Данные факты должны косвенно (вплетаясь как сопутствующие основной теме урока) сообщаться детям. Не следует акцентироваться на них содержательно или в эмоциональной тональности сообщаемых учителем фактов [9]

Особым потенциалом в деле профилактики обладают такие предметы как история, обществознание, биология, химия, литература и ОБЖ.

В частности, для учащихся младших классов образовательная программа «Здоровье» интегрируется в курс «Естествознание» и «Окружающий мир», для учащихся средних классов – в курс «ОБЖ» и «Биология», в старших классах - в курс «ОБЖ». В этих школах проводятся такие мероприятия как дни здоровья, тематические конкурсы, осуществляется тесная связь и работа с родителями по формированию здорового образа жизни учащихся, педагогический коллектив взаимодействует с медицинским персоналом. [24]

1.3.2. Внеурочная деятельность

Внеурочной деятельностью школьников является совокупность различных видов деятельности, в которой решаются задачи социализации школьников и развитие их интересов. Данный вид деятельности призван реализовать требования ФГОС начального образования. К особенностям внеурочной деятельности в школе относится возможность образовательного учреждения самостоятельно ее планировать. Ученикам предоставляется обширный выбор занятий, направленных на их умственное и духовное развитие.

Работа по профилактике аддиктивного (саморазрушающего) поведения, которое проявляется в употреблении ПАВ, наиболее продуктивна

в рамках внеурочной деятельности. Согласно Федеральному базисному учебному плану для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, организация по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе [48].

Для реализации в начальных классах доступны следующие виды внеурочной деятельности: игровая, познавательная, досугово-развлекательная деятельность (досуговое общение); проблемно-ценностное общение; художественное творчество и др.

Внеурочная деятельность может осуществляться в таких формах, как кружки, секции, турниры, игры, слеты, походы, конференции, экскурсии, и т. д. [23].

Кружковая работа - организация педагогом разных видов деятельности школьников во внеурочное время, обеспечивающих необходимые условия для социализации личности ребенка [2]. Ведь урок, даже самый удачный, имеет один недостаток: он спрессован во времени и не допускает отвлечений, даже когда группа (класс) остро интересуется каким-либо вопросом, ибо есть установленный план. Другое дело - внеклассные занятия, в которых учитель не связан жесткими временными и плановыми рамками.

Кружковая воспитательная работа представляет собой совокупность различных видов деятельности и обладает широкими возможностями воспитательного воздействия на ребенка.

Во-первых, разнообразная внеурочная деятельность способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда удается рассмотреть на уроке.

Во-вторых, включение в различные виды кружковой работы обогащает личный опыт ребенка, его знания о разнообразии человеческой деятельности, ребенок приобретает необходимые практические умения и навыки.

В-третьих, разнообразные формы кружковой работы способствуют развитию у детей интереса к различным видам деятельности. Если у ребенка сформирован устойчивый интерес к работе в совокупности с определенными практическими навыками, обеспечивающими ему успешность в выполнении заданий, тогда он сможет самостоятельно организовывать свою собственную

деятельность. Это особенно актуально сейчас, когда дети не умеют занять себя в свободное время, в результате чего и усиливается проблематика приобщённости детей к ПАВ. Замечено, что в школах, где хорошо организована кружковая воспитательная работа, «трудных» детей меньше, а уровень благополучной социализации детей выше.

В-четвертых, в различных формах кружковой работы дети не только проявляют свои индивидуальные способности, но и учатся жить в коллективе, то есть сотрудничать друг с другом, заботиться о своих товарищах, ставить себя на место другого человека.

Поскольку кружковая работа является составной частью воспитательной работы в школе, она направлена на достижение общей цели воспитания – усвоения ребенком необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей. Для достижения этой цели педагог реализует основные и специфические задачи кружковой работы.

В число основных задач кружковой работы входят: создание благоприятных условий для проявления творческих способностей, организация реальных дел, доступных для детей и дающих конкретный результат, внесение в жизнь ребенка романтики, фантазии, элементов игры, оптимистической творческой и профессиональной перспективы, настроения приподнятости. Применительно к приподнятому настроению, заметим, что такое эмоциональное состояние достигается здоровым способом, а не путём употребления стимулирующих ПАВ. Кроме того, кружковая работа направлена на удовлетворение потребностей детей и молодежи в неформальном общении [5].

Специфические задачи кружковой работы таковы [7]:

1) Выработка у ребенка положительной «Я - концепции», которая характеризуется тремя факторами: уверенностью в доброжелательном к нему отношении к нему других людей; убежденностью в успешном овладении им тем или иным видом деятельности; чувством собственной значимости.. Положительная «Я - концепция» характеризует позитивное отношение

ребенка к самому себе и объективность его самооценки. Она является основой дальнейшего развития индивидуальности ребенка;

2) Выработка у детей навыков взаимодействия, коллективного взаимодействия. Для скорейшей социальной адаптации ребенок должен положительно относиться не только к себе, но и к другим людям. Если у ребенка при наличии положительной «Я - концепции» сформированы умения договариваться с товарищами, распределять обязанности, учитывать интересы и желания других людей, выполнять совместные действия, оказывать необходимую помощь, позитивно разрешать конфликты, уважать мнение другого, то его рабочая деятельность будет успешной. Полностью положительная «Я - концепция» формируется только в коллективном взаимодействии;

3) Выработка у детей потребности в продуктивной социально-одобряемой деятельности через непосредственное знакомство с различными видами деятельности, выработка интереса к ним в соответствии с индивидуальностью ребенка, необходимых умений и навыков.

В базисном учебном плане выделены основные направления внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительное, научно-познавательное, художественно-эстетическое, научно-познавательное, военно-патриотическое, общественно полезная и проектная деятельность.

Примером долгосрочной профилактической программы «Уроки профилактики наркомании в школе» (авторы Николаева Л.П., Колесов Д.В.). Программа включает в себя следующую тематику: «Полет и падение», «Хорошие и плохие вещества», «Хорошие и дурные поступки», «Правда и ложь», «Добрые дела».

Комплексной программой для младших школьников является программа «Волшебная страна Чувств» (автор Гусева Н.А.). Программа включает в себя тематику: «Секреты Енотова Круга», «Первое путешествие в Здраволюбию», «Волшебная страна чувств и ее жители», «Знакомство с Королем Волшебной страны и Мерой», «Слуга по имени Радость», «Слуга по имени Грусть», «Слуга по имени Страх», «Слуга по имени Злость», «Слуга по имени Интерес», «Слуга по имени Обида», «Слуга по имени Вина»,

«Заговор болезнетворцев», «Исцеление Короля. Изгнание болезнетворцев»
«Подарки здраволюбцам».

В УМК Безруких М.М., Макеевой А.Г., Филипповой Т.А. «Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников». Пособие рассматриваются проблемы профилактики вредных привычек и формирования целостного отношения к здоровью у младших школьников. Раскрывается система работы с тетрадями для учащихся: «Учусь понимать себя» (2 класс), «Учусь понимать других» (3 класс), «Учусь общаться» 4 класс.

Целью внеурочной деятельности: формирование позитивного мироощущения, выработка у детей навыков эффективной социальной адаптации, позволяющей находить удовольствие от жизни, как таковой, и в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя.

В результате реализации программы обеспечивается достижение обучающимися воспитательных результатов и эффектов деятельности, которые распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение обучающимися социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни (2 класс).

Второй уровень результатов – получение обучающимся опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает) (3 классы).

Третий уровень результатов – получение обучающимся опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде (4 класс).

Необходимо специально фиксировать внимание на проблеме здоровья, потому что мотивация здоровья и здорового образа жизни несомненно является одним из ведущих превентивных факторов защиты от вовлечения в употребление ПАВ. Формирование ценностей и стиля здорового образа жизни должно идти не через нравоучения, а через организацию насыщенной положительными эмоциями двигательной активности, спортивных занятий, через привитие устойчивых гигиенических навыков, через тренинг

Тренинг направлен на личностный рост, на осознание основных положений информационно-дидактического блока занятий, на закрепление навыков безопасного поведения и содержит прямые и косвенные методики предупреждения развития девиантных тенденций, в первую очередь опасности употребления ПАВ, учитывая возрастные особенности подростков.

С целью профилактики употребления ПАВ могут быть использованы классные часы со следующей примерной тематикой.

1. Общечеловеческие ценности
2. Личная гигиена - основа профилактики инфекционных заболеваний
3. Определение здорового образа жизни.
4. Определение химической зависимости.
5. Традиции и табакокурение.
6. «Вредные привычки».
7. Курение. Влияние на организм.
8. Правда об алкоголизме.
9. «Сказка о вредных привычках» (общешкольное мероприятие)

10. Что такое ВИЧ?

11. Формирование ответственности у подростка за свои действия как фактор защиты от вовлечения в наркотизацию.

12. Алкоголь и алкогольная зависимость.

13. Пресс-конференция «Курение - «За» и «Против»

14. «По ком звонят колокола?»

15. Есть повод подумать

16. ПАВ и последствия их употребления [4]

1.3.3. Внеклассная деятельность

Суть внеклассной работы определяется деятельностью школьников во внеурочное время при организующей и направляющей роли учителя. Но эта организация проводится таким образом, что творчество и инициатива учащихся всегда должна выходить на первый план. Л.М. Панчешникова считает, что вне сомнений тот факт, что внеклассная работа играет огромную роль для современной школы. Эта работа вносит вклад в такие качества личности, как инициативность, активность, творчество, способность к саморазвитию, самовоспитанию, самообразованию. Внеклассная работа - это, с одной стороны, педагогическая система, обладающая целостными свойствами и закономерностями функционирования, а с другой - неотъемлемая часть отечественной системы образования [37]

Рассмотрим важные принципы внеклассной работы:

1. Принцип добровольности. Одной из самых главных задач внеклассной работы является формирование у учащихся познавательного интереса к предмету. Такой интерес не может возникнуть, если работа выполнена без желания, по принуждению. Поэтому А.В. Усова считает, что принцип добровольности является одним из самых важных принципов внеклассной работы. Ученик должен выражать искреннее желание принять участие во внеклассной работе по предмету, без какого - либо на то принуждения [33].

2. Индивидуального подхода, Известно, что по уровням общего развития, направленности интересов и чертам характера ученики отличаются

друг от друга. Игнорируя эти различия, невозможно добиться успехов во внеурочной работе. И. Я. Ланина утверждает, что принцип учета индивидуальных особенностей учащихся является важным при организации внеклассной работы. Он позволяет учитывать уровни развития каждого учащегося и, исходя из этого, корректировать все виды работ, проводимых с каждым учеником.

3. Равного права как сильных, так и слабых учеников на принятие участия во внеклассной работе.

4. Принцип развития способностей.

5. Принцип занимательности.

6. Принцип систематичности.

Внеклассная деятельность позволяет с пользой провести свободное время, узнать друг друга, проявить себя, что отвлекает подростков от возможности употребления ПАВ: посещение экскурсий, выставок, участие в социально значимой деятельности посёлка и школы: разработка проектов, организация и участие в праздниках и викторинах [25].

Внеклассная работа с учащимися по профилактике употребления ПАВ включает в себя: классное самоуправление, проведение месячников по ЗОЖ и правовой культуре, конкурсов, бесед.

Огромная роль отводится проведению массовых мероприятий с целью воспитания у обучающихся культуры здоровья: «День здоровья», «Папа, мама, я – спортивная семья», День защиты детей, участие в акции «Спорт против наркотиков», спортивно-оздоровительные праздники, месячник «Школа против наркотиков и СПИДа» [16].

Самыми популярными формами работы по ЗОЖ и профилактики употребления ПАВ являются круглые столы «Здоровым быть модно!», смотры строя и песни, тренинги на формирование благоприятного климата в коллективе, конкурсы плакатов «Мы против наркотиков», рисунков «Здоровый образ жизни», буклетов на антинаркотическую тему «Я выбираю жизнь!», участие в районных, региональных, всероссийских конкурсах и соревнованиях: кроссе «Золотая осень», районной спартакиаде «Олимпийская звёздочка», соревнованиях «Школа безопасности»,

соревнованиях по волейболу, по баскетболу, смотре- конкурсе «Законы дорог уважай», военно-спортивной игре «Зарница», конкурсе «Школа- территория здоровья» и др. Результат проведенной работы – это призовые места, занятые школьниками [46].

Так, с целью профилактики употребления ПАВ могут применяться следующие внеклассные мероприятия:

1. Организация и проведение «Всемирного дня здоровья»
2. Организация и проведение «Международного дня борьбы с наркотиками», Подготовка памяток, листовок, обращений по профилактике вредных привычек.
3. Общешкольное мероприятие по профилактике ПАВ «Скажи «НЕТ».
3. Организация и проведение театрализованного представления
4. Проведения цикла бесед «Наше здоровье в наших руках»
5. Проведение первенства школы по лёгкой атлетике ««Спорт против курения»
6. Проведение конкурса стенных газет «Здоровым быть здорово!»
7. Организация пропаганды правовых знаний среди учащихся «Подросток и закон»
8. Привлечение детей и подростков к работе в кружках по интересам, благоустройству территории, помощь в трудоустройстве [46].

Выводы по главе 1

1) Под психоактивным веществом (ПАВ) понимают любое вещество (природное или синтетическое), способное при однократном приёме изменять настроение, физическое состояние, самоощущение, восприятие окружающего, поведение, либо давать другие, желательные с точки зрения потребителя, психофизические эффекты, а при систематическом приёме вызывать психическую и физическую зависимость. Выделяют три группы психоактивных веществ: алкоголь, наркотики и токсические вещества.

2) Младший школьный возраст – период становления основ характера ребенка, его базовых личностных черт, которые в дальнейшем влияют на практическую деятельность ребенка и на общение с людьми; это благоприятный период для формирования у ребёнка конструктивных привычек и способов поведения.

3) Ведущим содержанием первичной профилактики является педагогическая профилактика – комплексная и системная организация учебно-воспитательного процесса несовершеннолетних и молодежи, обеспечивающая снижение употребления ПАВ через расширение социальных компетенций, формирование личностных свойств и качеств несовершеннолетних, повышающих их устойчивость к негативным психосоциальным воздействиям. Для реализации педагогической профилактики используются разнообразные превентивные технологии и формы работы: интеграция профилактического содержания в базовые учебные программы, воспитательная внеурочная работа (тренинговые занятия, ролевые игры, дискуссии, индивидуальная работа с обучающимися).

Глава 2. ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ

2.1. Организация и методики исследования

Исследование проводилось на базе МБОУ «Тяжинская средняя общеобразовательная школа №3» п.Тяжинского.

В исследовании принимали участие 18 обучающихся 4 класса «а» в возрасте 10-11 лет.

Для определения отношения младших школьников к употреблению ПАВ нами были выделены критерии и уровни, представленные в таблице 1.

Таблица 1

Критерии (компоненты) потенциальной готовности младших школьников к
возможному употреблению психоактивных веществ (ПАВ)

Параметр	Критерий	Уровень		
		Высокий	Средний	Низкий
Методика №1 «может ли...» (Н.А. Гусева) – методика диагностики когнитивно-ценностного аспекта употребления ПАВ	1.Понимание влияния табака на потребителя 2. ценностная ориентация 3.понимание влияния наркотиков на потребителя	Ребёнок считает, что потребитель ПАВ может быть носителем важных качеств. Приём ПАВ не мешает нормальному функционированию человека от-63- до +22	Ребёнок считает, что потребитель психоактивных веществ может быть носителем важных качеств и приём ПАВ немного мешает нормальному функционированию от -21- до +21	Убеждение ребёнка в невозможности и нормального функционирования потребителя ПАВ От 22- до 63
Методика №2 «Приключение Кузи и Фани»-методика диагностики отношения школьника к употреблению ПАВ	1.Поведение по отношению к употреблению алкоголя; 2.Поведение по отношению к употреблению табака; 3.Поведение по отношению к употреблению неизвестного вещества	Соглашается попробовать ПАВ, приводит активную аргументацию От -40 до 14	В большинстве случаев отказывается, но не приводит аргументацию От -13— до 13	Аргументированно и вежливо отказывается от ПАВ От -14- до 40
Методика №3 выявления степени	Информированность О ПАВ и	Ребёнок даёт неполные или несоответствующие	Ребёнок даёт правильные, но недостаточно	На все вопросы отвечает

информированности О ПАВ (Л.Г. Макеева, адаптация Н.Г. Гусевой) Информационный компонент установки к употреблению ПАВ	последствиях их употребления	щие ответы 0-4	полные ответы 5-9	полными, правильными ответами 10-14
Интегральный показатель потенциальной готовности к употреблению ПАВ		От -103 до -31	От -30- до +44	От 45 до 117

1. Для исследования оценки отношения младших школьников к употреблению психоактивных веществ была подобрана методика диагностики когнитивно-ценностного аспекта употребления ПАВ (методика «Может ли...» (Гусева Н.А.). С помощью этой методики можно выявить, каким образом дети оценивают употребление психоактивных веществ.

Детям предлагаются вопросы, касающиеся оценки возможностей человека, употребляющего различные виды ПАВ. Если ребенок считает, что потребитель того или иного психоактивного вещества способен вести нормальную жизнедеятельность, реализовывать важные потребности, т.е. он способен нормально функционировать, то это свидетельствует о высокой степени риска подражания такого ребенка поведению зависимого человека. И наоборот, если ребенок считает, что потребитель психоактивных веществ не способен к нормальному существованию, то это свидетельствует о наличии у него фактора защиты от злоупотребления психоактивными веществами.

Оценка выраженности специфических факторов риска наркотизации и защитных факторов.

1. Анализируются ответы на вопросы о возможностях потребителя того или иного ПАВ по данным опроса «Да–Нет». Первый и последний вопросы анкеты при групповой форме проведения обследования носят биографический характер и учитываются только при условии использования данной методики в мониторинге наркотической ситуации в классе или

школе. Кроме того, правильность ответов на эти вопросы является показателем того, что инструкция понята ребенком правильно.

2. Подсчитывается относительный вес каждой характеристики (коэффициент (k)).

3. Совмещаются ответы на вопросы о возможностях потребителя ПАВ (опроса «Да–Нет») и удельный вес ценности (коэффициент k): полученный балл умножается на соответствующий коэффициент.

Полученные результаты суммируются. Общий результат может располагаться в диапазоне от –63 до +63. Чем ближе к нижней границе (отрицательные значения), тем выше риск приобщения к употреблению ПАВ, и чем ближе к верхней границе (+63), тем сильнее защитный антинаркотический барьер.

Методика №2 «Приключение Кузи и Фани». Цель заключается в исследовании поведенческого аспекта установки младших школьников по отношению к употреблению ПАВ. Методика создана на основе ретроспективного анализа ситуаций и обстоятельств первой пробы табака, алкоголя и наркотиков подростков: в каком возрасте произошло «знакомство» с ПАВ, кто выступил инициатором пробы, как было сформулировано предложение попробовать, где и когда это произошло. Были выбраны наиболее типичные ситуации приобщения детей и подростков 6-12 лет к психоактивным веществам. Именно эти ситуации и представлены в методике «Приключения Кузи и Фани». Методика проводится с помощью группового обследования, с помощью бланков с заданиями каждому ребенку (карточки с изображением мальчика (или девочки) с изображением наркогенных ситуаций, в которые попадает герой (Кузя или Фаня)).

В условиях группового обследования дети рассаживаются по одному за парты или как можно дальше друг от друга за одной партой и получают набор карточек, на которых изображены наркогенные ситуации (мальчики получают карточки с изображением и описанием «приключений» Кузи, девочки – Фани). Исследователь предлагает написать, что подумает, скажет или сделает герой в каждой ситуации: 1 карточка - знакомство с героями (Кузей и Фаней); 2 карточка - пассивное курение незнакомого взрослого под

запрещающим знаком; 3 карточка - предложение пробы алкоголя со стороны значимого взрослого на праздник; 4 карточка - предложение пробы табака со стороны сверстника того же пола; 5 карточка - проба неизвестного вещества, некритичное вовлечение в наркотизацию; 6 карточка – пассивное курение в одном помещении с подростками; 7 карточка - предложение пробы алкоголя значимым взрослым; 8 карточка - предложение пробы табака со стороны группы сверстников; 9 карточка - предложение пробы алкоголя со стороны группы сверстников того же пола; 10 карточка - предложение пробы неизвестного вещества со стороны сверстников. Некритичное вовлечение в наркотизацию; 11 карточка - проба алкоголя в одиночестве.

Обработка и интерпретация полученных данных проходит несколько направлений анализа и соответственно получается несколько показателей, которым могут присваиваться числовые значения.

1. Отмечается, пробует или нет ребенок психоактивное или неизвестное вещество. За согласие попробовать и соответствующие действия «-1» балл, за отказ «+1» балл. В случае пассивного курения - «+1» балл присваивается за уход из зоны задымления. Если же ребенок рассуждает о вреде курения, но при этом остается рядом с курящим, не осознавая опасности пассивного курения, такому ответу присваивается «0» баллов.

2. Анализируется аргументация выбора поведения (пробы или отказа от пробы): если ребенок никак не объясняет свой выбор, присваивается «1» балл; в случае, если ребенок приводит какое-то объяснение, можно выделить две различные линии аргументации. В первом случае приводятся объяснения, не связанные с употреблением ПАВ, такие ответы также получают «1» балл. Другой тип аргументации можно отметить в случае, если ребенок объясняет тот или иной выбор причинами, связанными со свойствами ПАВ, правилами и последствиями их употребления. Такому ответу присваивается «2» балла. Если в ответе ребенка содержатся аргументация двух типов, оценивается та, которая написана первой.

2. Оценивается характер указанных ребенком действий: реактивный или активный. Если ребенок коротко реагирует на обращение окружающих, характер указанных действий может расцениваться как реактивный. Выбор

реактивных действий оценивается в «1» балл. Активными могут считаться инициативные действия ребенка при разрешении проблемной ситуации. Активным действиям присваивается «2» балла. Результаты анализа реакций каждого ребенка (по каждой серии тестовых заданий) могут быть вычислены как произведение баллов, присвоенных поведенческой реакции по выделенным линиям анализа.

Ответы ребенка в каждой ситуации могут располагаться в диапазоне от -4 до +4 баллов. Следовательно, итоговый балл вычисляется суммированием всех баллов, полученных ребенком: -40 - -14 баллов – высокий уровень; -13 - 13 баллов – средний уровень; 14 - 40 баллов – низкий уровень.

3. Информационный компонент установки к употреблению психоактивных веществ исследовался с помощью Методики изучения информационного компонента установки к употреблению ПАВ Л.Г. Макеевой (в адаптации Н.Г. Гусевой). Методика была разработана автором на основе массива эмпирических данных, полученных в ходе опросов детей, посвящённых выявлению их знаний о ПАВ. Выделены типичные высказывания, относящиеся к каждому из представленных в методике информационных блоков, выделенных. Из типичных высказываний были отобраны ответы детей, свидетельствующие о риске наркотизации, на основе которых были составлены три шкалы риска, соответствующие информационному блоку установки к употреблению ПАВ. Каждая шкала состоит из трех пунктов, отражающих высказывания детей, которые трактуются как показатели риска. Таким образом, были выделены следующие шкалы:

1. Шкала «Интереса». Эту шкалу составляют следующие признаки: использование сленговых слов и выражений, касающихся темы наркопотребления; описание способов употребления наркотиков; знание более трех названий наркотических веществ.

Наличие этих признаков в ответах ребенка свидетельствует о повышенном интересе ребенка к теме наркопотребления. Также наличие таких смысловых элементов в ответах может быть косвенным указанием на то, что ребенок имеет опыт столкновения с наркотиком.

2. Шкала «Недооценки риска». В эту шкалу вошли такие показатели, как: недооценка опасности разовой пробы наркотика; описание внешности аддикта как привлекательной или нейтральной, не отражающей последствия употребления; незнание или игнорирование негативных последствий употребления наркотиков.

Ответы указывают на то, что ребенок не осознает опасность употребления наркотиков.

3. Шкала «Наркогенного окружения» Признаки, составляющие данную шкалу, характеризуют микросоциальное окружение испытуемого, а именно: наличие знакомых взрослых, употребляющих наркотики; наличие знакомых сверстников, употребляющих наркотики; наличие опыта получения предложения попробовать наркотики (в качестве предлагающих были указаны только сверстники).

2.2. Анализ результатов исследования

Рассмотрим результаты исследования по критерию когнитивно-ценностного аспекта отношения к ПАВ по методике «Может ли...» (Гусева Н.А.).

Проведение анализа коэффициентов ценностей младших школьников позволяет сделать основные выводы о ценностных ориентациях младших школьников. Среднегрупповые показатели ценностей младших школьников представлены в таблице 2.

Таблица 2

Ценности младших школьников

Ценности	Ср.значение коэффициента
Новые необычные ощущения	1,9
Здоровье	3,2
Богатство	2,5
Развлечение	3,8
Дружба, принятие со стороны других	4,3
Успехи в учебной деятельности	3,2
Сила, влияние на других	1,8

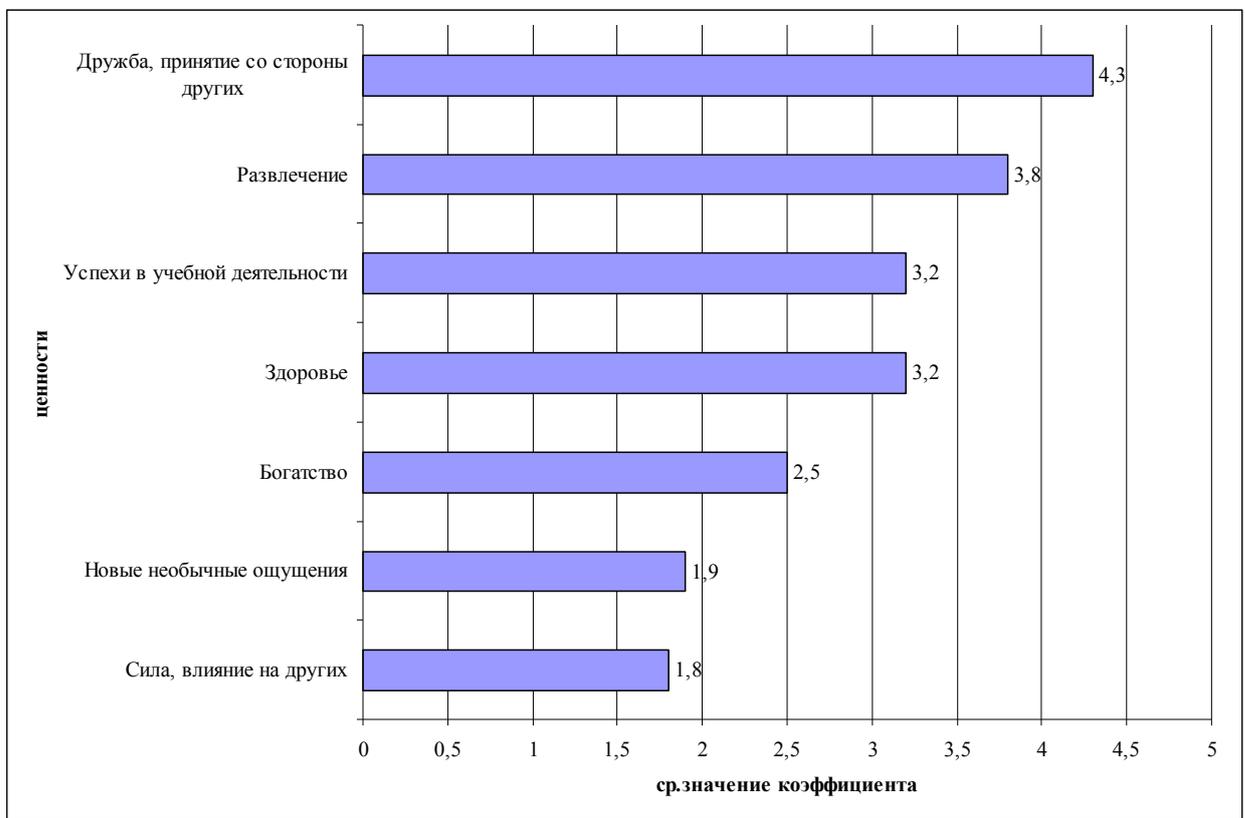


Рис.1. Ценности младших школьников

Согласно представленным в таблице 2 и рис.1. данным, для младших школьников наиболее значимыми ценностями являются Дружба, принятие со стороны других (показатель 4,3), развлечение (показатель 3,8), успехи в учебной деятельности (показатель 3,2) и здоровье (показатель 3,2).

Наименее значимыми ценностями являются сила, влияние на других (показатель 1,8) и новые необычные ощущения (показатель 1,9).

Следует отметить, что такая ценность, как новые необычные ощущения, является для участников исследования не значимой. Вероятнее всего, это обусловлено спецификой младшего школьного возраста, которая, в числе прочего, заключается в потребности у детей этой возрастной категории получать максимум ощущений от познания объективной реальности и освоения новых сторон уже известных им предметов и явлений. Другими словами, у них имеются ярко выраженные познавательная потребность и познавательный интерес, которые нацелены вовне. Потребность в новых необычных ощущениях и центрация на внутренних переживаниях – атрибуты подросткового периода онтогенеза.

Рассмотрим интегральный показатель риска приобщения к употреблению психоактивных веществ младших школьников, представленный в таблице 3 и на рис.2.

Таблица 3

Распределение младших школьников по уровню риска к приобщению употребления ПАВ

Уровень риска к приобщению употребления ПАВ	Количество младших школьников (%)
Низкий	33,3%
Средний	61,1%
Высокий	5,6%

Для наглядности эти данные представлены на рисунке 2.

Из таблицы 3 и рисунка 2 видно, что интегральный показатель когнитивного-ценностного компонента отношения к употреблению ПАВ показал, что большинство младших школьников имеют средний уровень риска приобщения к ПАВ (61,1% младших школьников) данная группа младших школьников КГ. Эти младшие школьники обладают средней и низкой степенью тревожности, характеризуются такими личностными особенностями, как отсутствием или незначительной тревожностью, настойчивой потребностью в избавлении от ограничений и ответственности, нарушения равновесия в отношениях с окружающими, неустойчивое эмоциональное состояние, поиск новых ощущений.

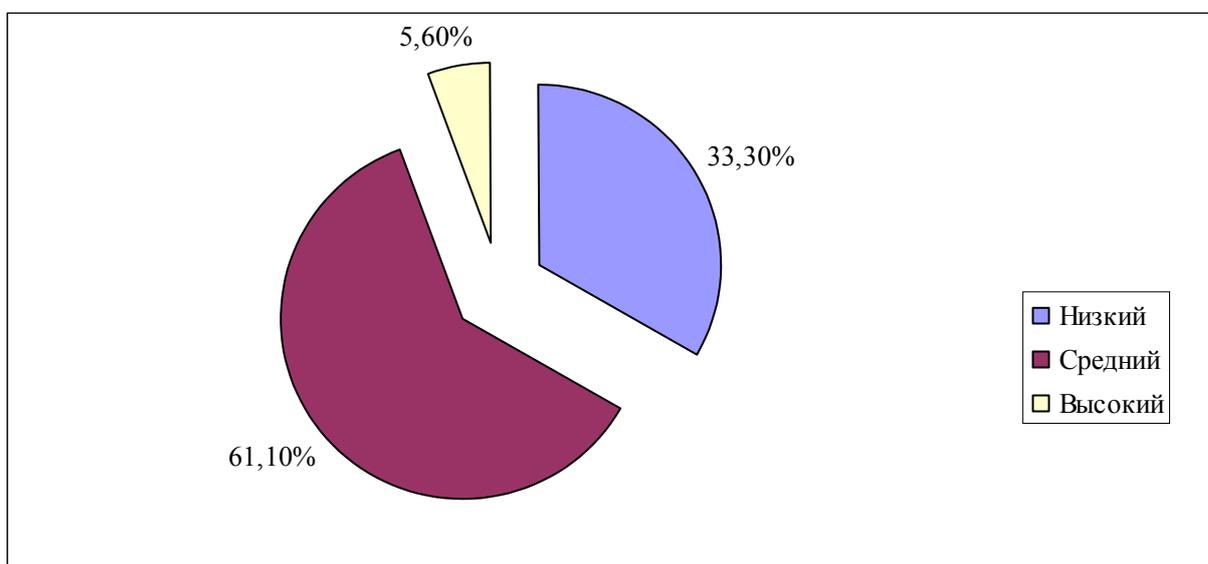


Рис.2. Распределение младших школьников по уровню риска к приобщению употребления ПАВ

Далее представлен низкий уровень риска приобщения к ПАВ, который представлен у 33,3% младших школьников, которые отличаются низким уровнем ситуативной тревожности и практическим отсутствием таких личностных особенностей, которые могли бы послужить в дальнейшем к мотивам употребления психоактивных веществ.

Только 1 ребенок, что составляет 5,6% от выборки исследуемых младших школьников имеет высокий уровень риска приобщения к ПАВ, который отличается реакцией эмоциональной неустойчивости в ситуациях переутомления, потребностью в избавлении от проблем, неудовлетворенной потребностью любви и поиском новых взаимоотношений и эмоций.

Рассмотрим результаты исследования поведенческой готовности младших школьников в ситуациях употребления алкоголя и табака, возникающих в реальной жизни.

Анализ поведенческой готовности младших школьников проводился по следующим показателям:

1. Готов или нет ребенок пробовать психоактивное или неизвестное вещество
2. Аргументация выбора поведения (пробы или отказа от пробы).
3. Характер указанных ребенком действий: реактивный или активный.
4. Оценка, является ли выбранный стиль поведения осуществимым в реальной жизни или предлагается сугубо фантастический способ решения ситуации.

Рассмотрим основные результаты исследования:

1. Анализ по показателю готовности младших школьников пробовать психоактивное или неизвестное вещество показал следующие результаты:

Из 10 предъявленных ситуаций в 90% случаев отказались пробовать ПАВ 11,1% младших школьников, в 80% случаев отказались 5,6% младших школьников, в 70% случаев отказались 33,3% младших школьников, в 60%

случаев отказались 27,8% младших школьников, в 50% случаев отказались 22,2% младших школьников.

2. Анализ аргументации выбора поведения (пробы или отказа от пробы) свидетельствует, что все младшие школьники в большинстве случаев не аргументируют свой отказ, либо их объяснения не связаны с употреблением ПАВ – 100%.

3. Анализ характера указанных ребенком действий: реактивный или активный свидетельствует, что у всех исследуемых младших школьников преобладает реактивный характер действий (100% детей) - ребенок коротко реагирует на обращение окружающих, характер указанных действий может расцениваться как реактивный.

4. Выбранный стиль поведения младших школьников осуществимый в реальной жизни (100% детей), фантастический способ решения ситуации отсутствовал во всех ситуациях.

Таблица 4

Распределение младших школьников по уровню готовности к отказу в ситуациях употребления алкоголя и табака

Уровень риска к отказу употребления ПАВ	Количество младших школьников (%)
Низкий	11,1%
Средний	66,7%
Высокий	5,6%

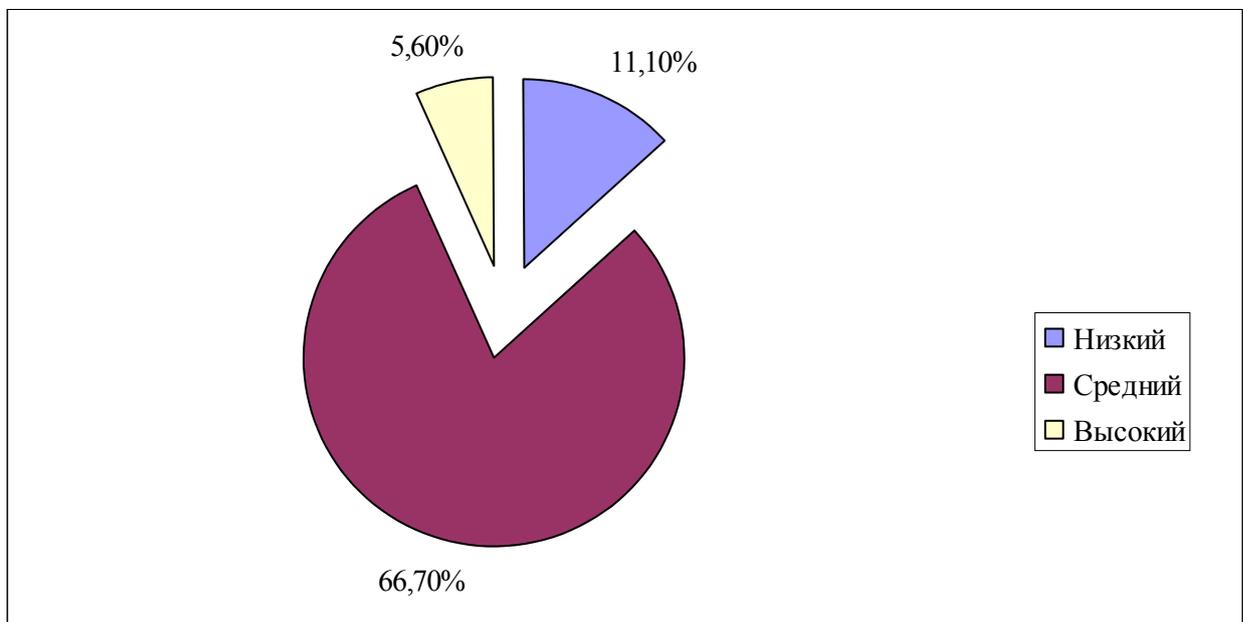


Рис. 3. Распределение младших школьников по уровню готовности к отказу в ситуациях употребления алкоголя и табака

Таким образом, обобщение результатов исследования поведенческой готовности младших школьников в ситуациях употребления алкоголя и табака, возникающих в реальной жизни свидетельствует, что 66,7% детей не обладают достаточно высокой готовностью на отказ от соблазна попробовать ПАВ, а в 22,2% случаев готовность следует оценить как низкую. Следовательно, на уровне поведенческого компонента установки употребления психоактивных веществ младшие школьники не могут противостоять наркогенному социальному давлению, что может привести к их вовлечению его в употребление ПАВ.

Рассмотрим результаты исследования информационного компонента установки к употреблению психоактивных веществ, полученные по методике Л.Г. Макеевой (в адаптации Н.Г. Гусевой).

Таблица 5

Информированность младших школьников об употреблении психоактивных веществ

Шкала	Количество младших школьников (%)
Интерес	38%
Недооценка риска	8%
Наркогенное окружение	54%

По шкале «Интерес» в группе младшие школьники используют сленговые слова и выражения, относящиеся к теме наркопотребления 11,1%

младших школьников. Описывают способы употребления наркотиков, знают более трех названий наркотических средств 16,7% младших школьников.

По шкале «Недооценка последствий употребления» риск выражен у 1 ребенка, что соответствует 5,6% младших школьников по одному показателю - нейтральной оценке внешности аддикта, не отражающей негативные последствия употребления, по остальным показателям данной шкалы показатели отсутствуют.

По шкале «Наркогенное окружение» у 11,1% младших школьников выявлено наркогенное окружение, представленное взрослыми аддиктами. 22,2% младших школьников имеют знакомство со сверстниками, употребляющими наркотики. Один младший школьник (5,6% детей) получал предложение попробовать наркотическое вещество.

Наглядно информированность младших школьников об употреблении психоактивных веществ по параметрам интереса, оценки риска и наркогенного окружения представлены на рисунке 4.

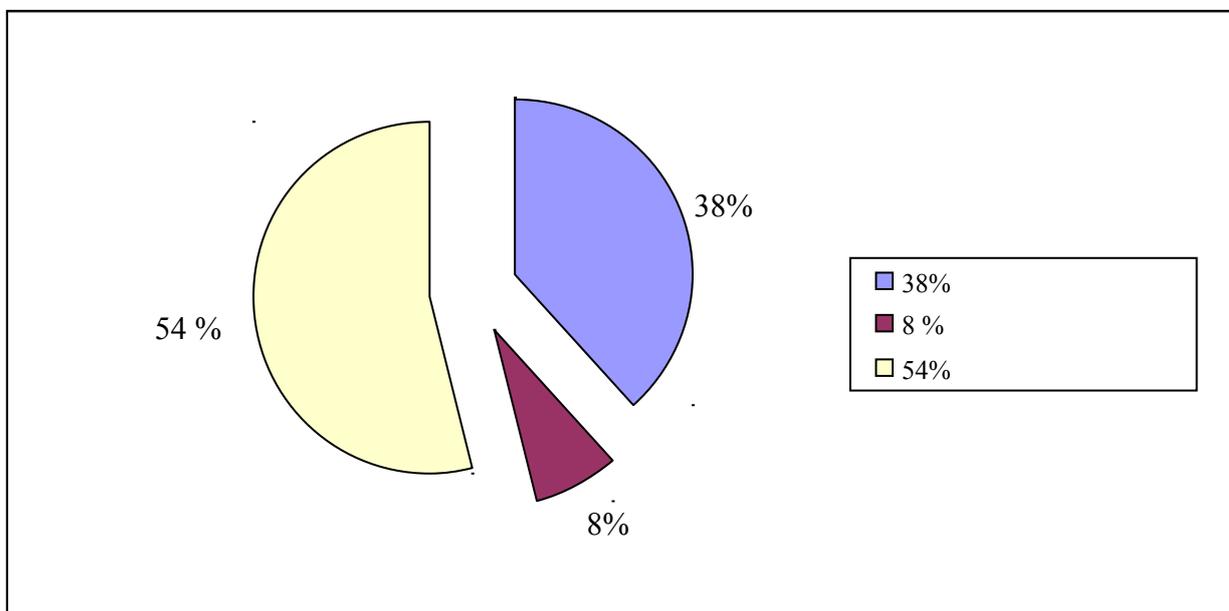


Рис.4. Информированность младших школьников об употреблении психоактивных веществ

Таким образом, повышенный интерес младших школьников к теме наркопотребления представлен у 38% младших школьников, не осознают опасность употребления наркотиков и других ПАВ 8 % младших

школьников, микросоциальное наркогенное окружение младших школьников представлено у 54 % детей.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости проведения профилактических мероприятий профилактики психоактивных веществ младших школьников.

2.3. Разработка комплекса занятий кружка «Страна здоровья» для младших школьников

Анализ литературных источников по теме исследования показал, что факторы риска приобщения к психоактивным веществам действуют, как правило, в комплексе. Вместе с тем, нельзя не отметить, что ведущую роль в решении вопроса о том, приобщится ребёнок к психоактивным веществам или нет, всё же, играет личностный фактор, который может быть условно назван установкой на отказ от употребления ПАВ.

Очевидно, что такая установка свойственна людям с гармоничным личностным развитием, стабильной эмоциональной сферой и высокоразвитыми волевыми качествами.

В этой связи в целях профилактики употребления младшими школьниками психоактивных веществ следует разрабатывать такие комплексы занятий, которые предполагают позитивную динамику развития эмоционально-волевой сферы и основанную на должном уровне информированности убеждённость в том, что отказ – единственно верное решение в ситуациях, когда стоит выбор между употреблением ПАВ (даже однократным) и отказом от приобретения такого опыта.

Ещё один принципиально важный момент связан с выбором направленности комплекса занятий по профилактике вредных привычек. При выборе направленности следует учитывать ключевые положения теории деятельности, в соответствии с которыми наибольший развивающий эффект достигается в случае занятия ребёнком позиции активного субъекта деятельности. Следовательно, необходимо обеспечить взаимосвязь между усваиваемой детьми информацией и их непосредственной

жизнедеятельностью. Такая взаимосвязь наилучшим образом прослеживается в области спортивно-оздоровительной и проектной деятельности, так как, во-первых, физкультурно-спортивные мероприятия имеют прямое и непосредственное отношение к здоровому образу жизни, во-вторых, они, по определению, несовместимы с вредными привычками, и, в-третьих, проектная деятельность предполагает максимальную вовлечённость школьника в подготовку и реализацию проекта.

Помимо вышеназванных теоретико-методологических обоснований предлагаемой программы занятий, существенное значение при выборе тематики занятий сыграли результаты проведённого нами эмпирического исследования. Напомним, что среди ценностей младших школьников, принявших участие в исследовании, ведущие позиции занимают такие ценности, как дружба, принятие со стороны других и развлечения. Если обратиться к вопросу о движущих факторах приобщения детей к ПАВ, то вышеуказанные ценности имеют первостепенное значение.

Представления младших школьников о дружбе, как правило, заключаются в таких параметрах дружбы, как совместное времяпрепровождение, общие интересы, проявление желания делиться друг с другом всем, что имеешь. Это, безусловно, соответствует истине, однако важно помнить о том, что приобщение к ПАВ чаще всего происходит при участии тех людей, кого дети считают своими друзьями, и основывается оно на манипулировании дружескими чувствами. Именно поэтому так важно формировать у младших школьников осознанные, умеренно критичные представления о том, что значит настоящая дружба, какие взаимоотношения конструктивны, а какие могут быть чреваты негативными последствиями.

Что касается совместного времяпрепровождения, то оно по своему содержанию так же может быть полезным или вредным для развития личности ребёнка и формирования у него определённого образа жизни. В целях укрепления конструктивных представлений детей о дружбе и создания условий для полезного совместного времяпрепровождения они объединяются в проектные группы, где сообща заняты полезным делом и одновременно сплачиваются в единый здоровый коллектив.

То же самое можно сказать и о такой ценности, как развлечения, которые могут как приносить пользу ребёнку, так и навредить ему. Мышление младшего школьника ещё недостаточно критично, в силу чего он не может осуществлять анализ предлагаемых ему вариантов развлечений и прогнозировать последствия своего выбора. Соответственно, нужно развивать в ребёнке продуктивные представления о развлечениях, умение делать осознанный выбор и говорить «Нет» в тех ситуациях, когда речь идёт о предложениях, противоречащих здравому смыслу и понятию о безопасности.

Ценность принятия другими основывается на свойственной каждому человеку потребности в принятии, которая в иерархии потребностей располагается всего на одну ступень выше базовых (физиологических) потребностей. Это означает, что принятие – неотъемлемый атрибут нормальной жизнедеятельности человека как социального существа. Без удовлетворения потребности в принятии невозможно продвижение к потребностям более высокого уровня. В этой связи очень важно понимать, что если ребёнок, по каким-либо причинам, оказывается изолированным от общества своих сверстников и значимых взрослых, если в привычной для него среде ребёнка не принимают, то со временем он начнёт искать свободную нишу – тех людей, которые его примут и поддержат. Чаще всего такой нишей оказываются деструктивные социальные группы, к числу которых относятся и те, кто употребляет, пропагандирует и распространяет ПАВ. Таким образом, становится очевидно, что формирование у младших школьников установки на отказ от употребления ПАВ должно предусматривать мероприятия, нацеленные на формирование у детей позитивного представления о себе, на осознание своей ценности, на обнаружение в себе положительных качеств и развитие умения демонстрировать их своему окружению, на выявление у себя тех качеств, которые препятствуют успешной социализации, и их корректировку.

В ходе констатирующего эксперимента так же обнаружилось, что дети слабо владеют способностью аргументировать свой выбор вследствие недостаточной информированности по теме выбора и обсуждаемым

вопросам. Следовательно, необходимо дозировано расширять и углублять знания детей о том, какие привычки для них полезны и вредны, какие вещества могут нанести урон их здоровью, какое поведение приводит к благоприятным последствиям, а какое – к разрушительным.

Ещё одна обнаружившаяся проблема – наркогенное окружение. Наблюдая за образом жизни тех, кто входит в состав ближайшего окружения, ребёнок усваивает модели поведения, которые считает нормативными. При этом поведенческие паттерны, формирующиеся у ребёнка, могут быть крайне нездоровыми и деструктивными, но для ребёнка, регулярно наблюдающего именно такие образцы поведения, они становятся нормой. Предупредить искажения в представлениях детей о нормативном и ненормативном поведении можно только путём вовлечения их в мероприятия, в ходе которых перед детьми раскрываются существенные признаки просоциального и здорового образа жизни, формируется наглядный образ жизни активного и успешного человека, умеющего управлять своим организмом, заботящегося о своём здоровье и способного выстраивать своё поведение таким образом, чтобы обеспечить благополучие в будущем.

Цель предлагаемого комплекса занятий: овладение обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других ПАВ.

Задачи:

- Формировать негативное отношение ко всем формам ПАВ как псевдоэффективным и потенциально опасным способам социализации.
- Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.
- Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
- Учить детей эффективно общаться.

- Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.

- Развивать навыки эффективной социальной адаптации.

Комплекс занятий рассчитан на весь учебный год, при условии периодичности проведения занятий в среднем 1 раз в неделю.

Тематическое планирование по четвертям представлено в таблицах 6-9.

Таблица 6

Тематическое планирование занятий на первую четверть учебного года

№	Тема занятия	Базовое содержание
1.	Что такое здоровье и здоровый образ жизни?	<p>Дать представление о признаках здорового человека. Способствовать формированию у детей отношения к своему здоровью как к ценности. Зависимость физического состояния человека от его поведения, обстановки, условий окружающей среды.</p> <p>Показать признаки здорового человека – умение делать здоровый (правильный) выбор. Отказ от табака и алкоголя – правильный выбор. Необходимо заботиться о своем здоровье, чтобы расти и хорошо учиться.</p> <p>Познакомить с режимом дня и раскрыть его значения в жизни человека. Показать значение режима дня в жизни каждого человека. Воспитывать у учащихся ответственное отношение к своему здоровью. Дать представление о значении нормальных условий жизни для роста и развития. Различные изменения, которые происходят в организме.</p>
2.	Я уникален, ты уникален	<p>Показать детям уникальность каждого человека. Дать возможность сравнивать признаки людей, находя сходства и различия. Объяснить, что такое уникальность. Акцентировать внимание на том, что приобщение к вредным привычкам – это следование чужой воле и чужому образу жизни, что, поступая так, человек теряет свою индивидуальность. Формировать ощущение собственной значимости в глазах других людей, положительного отношения к себе и другим.</p>
3.	Эмоции и чувства	<p>Дать представление о различных чувствах людей и возможности управления ими.</p> <p>Привлечь внимание к факту многообразия человеческих чувств. Объяснить, что неприятных чувств можно избежать.</p> <p>Показать способы предупреждения и преодоления отрицательных чувств. Показать связь чувств и</p>

		желаний, ожиданиями, последствиями поступков. Объяснить, что для преодоления неприятных чувств существуют специальные приёмы.
4.	Множество решений	Показать многообразие принимаемых людьми решений. Показать связь поступков и решений. Объяснить шаги принятия решений.
5.	Поступки и решения	Научить оценивать свои поступки. Сформировать понятия о хороших и плохих поступках.
6.	Сначала подумай, потом – выбирай.	Развивать умение прогнозировать последствия своих поступков. Научить алгоритму принятия решений: остановись, подумай, выбери.
7.	Движение – это жизнь.	Спорт и движение помогают растущему организму правильно развиваться. Необходимо сделать правильный выбор: спорт – залог здоровья.

Таблица 7

Тематическое планирование занятий на вторую четверть учебного года

№	Тема занятия	Базовое содержание
1.	Влияние ПАВ на нервную систему растущего организма.	Представление о процессах происходящих в организме с нервными окончаниями. Выработка навыков владения своим организмом. Представление о точечном массаже. Комплект упражнений на релаксацию. Понятие «Гигиена нервной системы». Показать вредное влияние на нервную систему растущего организма табака и алкоголя.
2.	Закаляйся, если хочешь быть здоров.	Представление о важнейших правилах закаливания, умение правильно выбрать их для своего возраста. Комплекс упражнений направленных на укрепление организма.
3.	Вкусы и увлечения.	Дать детям возможность рассказать о своих вкусах и увлечениях, перечислить здоровые увлечения. Дать детям узнать что-то новое об одноклассниках. Помочь найти друзей по интересам.
4.	Опасные и безопасные ситуации. Принятие решений в опасных ситуациях.	Обучение детей навыков ориентировки в ситуациях и принятия рациональных решений способствующих предупреждению поступков разрушающих здоровье. Обсудить опасные ситуации, связанные с ПАВ. Обучение навыку делать осознанный выбор в поведении, которое не причинит вреда здоровью.
5.	Реклама табака и алкоголя.	Проанализировать рекламу, которая часто дает недостоверную информацию о табачных изделиях и напитках, содержащих алкоголь.
6.	Вся правда об	Рассказать ученикам о действии алкоголя на

	алкоголе.	организм. Сообщить детям, что алкоголь затормаживает работу организма. Описать различные эффекты алкоголя.
7.	Познание мира: правда и иллюзии.	Представление об основных органах чувств, об особенностях познания окружающего мира с их помощью. Помочь детям осознать необходимость осторожного обращения с неизвестными веществами, которые вызывают искажённое восприятие окружающего мира.
8.	Как спорт помогает избежать формирования вредных привычек.	Значение физической культуры для полноценного развития личности.
9.	Слова – паразиты.	<p>Позиционирование и закрепление в сознании детей представлений о том, что необходимым условием эффективного общения является использование одного языка и одинаковое понимание ситуации, в которой оно происходит; совпадение вербальных и невербальных компонентов общения приводит к взаимопониманию; общение должно быть не только искренним, но и содержательным.</p> <p>Раскрытие понятия о словах-паразитах и их роли в общении людей.</p> <p>Анализ собственной речи на предмет выявления слов-паразитов.</p> <p>Выработка рекомендаций по устранению из речи слов-паразитов.</p>
10.	Жевательная резинка. Польза или вред?	<p>Определяется понятие привычки и разделение их на полезные и вредные. Дети приводят сами примеры полезных и вредных привычек.</p> <p>Обсуждается вопрос о том, все ли повседневные привычки мы замечаем за собой, и всегда ли отдаём себе отчёт в том, насколько они полезны или вредны.</p> <p>Приводится пример привычки жевать жевательную резинку. Обсуждаются виды и предназначение жевательной резинки, дети узнают о том, к каким негативным последствиям приводит неправильный выбор жевательной резинки и чрезмерное увлечение ею. Дети приходят к выводу о том, что увлечение жевательной резинкой – это вредная привычка.</p> <p>Формулируются правила употребления жевательной резинки, правила выбора безопасной жевательной резинки, советы о том, как избежать формирования вредной жевательной привычки.</p>

11.	Кто интереснее: человек с вредными привычками или без них?	Самовыражение ребенка через увлечения, развивающие его личность, - важный защитный фактор против употребления табака и алкоголя. Рядом с нами всегда есть интересные люди, у которых можно многому научиться. Лучше находиться рядом с интересными людьми, занимающимися полезными для здоровья делами.
-----	--	---

Таблица 8

Тематическое планирование занятий на третью четверть учебного года

№	Тема занятия	Базовое содержание
1.	Учимся думать и оценивать себя.	Объяснение детям того, что для достижения поставленных целей необходимо знать о своих возможностях. Самооценка бывает заниженной, завышенной, реалистичной или адекватной. Заниженная Самооценка мешает развитию личности. Завышенная самооценка – преувеличивает подход к своим задачам и возможностям. Реалистичная самооценка - важное условие развития ученика. Есть множество способов изменить свои качества в нужную сторону, в то время как любая вредная привычка – это минус в достижениях и возможностях.
2.	Надо ли прислушиваться к советам родителей?	Дать понятие слов требование, совет. Какие эмоции вызывают у детей требования и советы родителей. Анализ различных ситуаций, проигрывание сценок. Анализ поступков родителей. Что такое обида. Проанализировать, почему родители стараются оберегать своих детей, от чего, для чего.
3.	Надо ли уметь сдерживать свои желания и действия?	Каприз: что это такое. Анализ ситуаций. Составление памятки «Если захотелось покапризничать». Что значит быть сдержанным? Что поможет воспитать в себе сдержанность?
4.	Как следует относиться к наказаниям.	Решение вопросов: что воспринимается, как наказание, какие бывают наказания, кто кого может наказывать, какие чувства испытывает наказуемый, тот кто наказывает, нужно ли обижаться на взрослых, которые наказывают. Анализ поступков. Можно ли избежать наказания. Научить ребенка предсказывать ситуации, находить разные пути решения. Получение разных ответов на один и тот же вопрос. Учитель задает детям открытые вопросы, вызывает их на разговор и постепенно формирует здоровые представления о ценностях, ответственное поведение, подводит к осознанию

		того, что обращение к вредным привычкам – это не выход для снятия стресса.
5.	Как вести себя с незнакомыми людьми.	Что значит незнакомый человек, чем опасны незнакомцы. Составление памятки: Как вести себя с незнакомым человеком. Анализ различных ситуаций, проигрывание сценок.
6.	Учусь настаивать на своем.	У каждого человека есть право отстаивать свое мнение. Навык неагрессивного отстаивания своего мнения позволяет выражать свою волю в позитивной форме, защищать и поддерживать свои интересы и права, смело заявлять о личном мнении, не пытаясь скрывать его. Неагрессивное отстаивание своего мнения - это психологический фундамент умения оказаться в ситуации давления (отказаться от употребления табака или алкоголя, когда их предлагают).
7.	Становлюсь уверенней.	Люди бывают неуверенными в себе по разным причинам. Преодоление в себе неуверенности способствует принятию решений и ответственности за свое поведение. Уверенность в себе помогает добиваться успеха при правильно поставленной цели и позволяет не поддаваться давлению окружающих. Уверенность в себе следует развивать с детства.
8.	Учусь говорить «Нет».	Давление сверстников - один из факторов приобщения детей к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ. Дети с заниженной самооценкой не умеют противостоять давлению. Дети должны помнить, что давление, которое оказывают на них другие люди, может быть полезным и вредным. Необходимо научить детей противостоять давлению. Формирование реалистичной самооценки и уверенности в себе - путь к реализации своих возможностей.
9.	Курение активное и пассивное.	Дети, растущие в обществе, где широко распространено курение, должны владеть информацией о табаке, никотине и вредных последствиях их воздействия на организм. Непосредственные и долговременные эффекты курения. Привыкание. Цена курения для успешной учебы. Курение и здоровье. Курение и спорт.

Таблица 9

Тематическое планирование занятий на четвертую четверть учебного года

№	Тема занятия	Базовое содержание
---	--------------	--------------------

1.	Авторитетный человек.	Поговорить о качествах, достойных уважения, о тех, которые детям хотелось бы развить в себе. Научить адекватному отношению к самому себе, научить ставить цель и планировать способы её достижения. Разъяснить детям понятия «авторитет» и «мнимый авторитет». Акцентировать внимание на том, что курение и употребление алкоголя не являются признаками взрослой зрелой личности, авторитет такого человека – мнимый.
2.	Привычки полезные и вредные.	Поговорить с учениками о привычках, перечислить привычки укрепляющие здоровье. Познакомить класс с шагами избавления от плохой привычки. Обратит внимание на то, что полезные привычки можно в себе развивать. Рассказать о том, как пошагово избавиться от вредной привычки, если она всё же сформировалась.
3.	Ещё раз об алкоголе.	Повторить информацию об алкоголе и его рекламе. Повторить основные факты об алкоголе. Освежить представление механизма действия рекламы, способствующих осознанному принятию решений детей и ответственному поведению сложных ситуаций. Поведение в компании сверстников, которые предлагают тебе выпить.
4.	Наркотик – враг человека.	Познакомить детей с пагубным влиянием наркотиков на организм. Раскрыть иллюзию удовлетворения потребности получения приятных ощущений от наркотического опьянения. Растущий организм и наркотик. Отработать навык отказа от наркотиков.
5.	Мой выбор – здоровье.	Обобщение по всему комплексу занятий. Повторение основных сведений о полезных и вредных привычках, о правилах поведения в опасных ситуациях, демонстрация навыков безопасного и уверенного поведения в ситуациях угрозы (когда предлагают табак, алкоголь, наркотики).

При необходимости приведённый выше комплекс занятий может быть распределён на весь курс начальной школы.

В приложениях 4-7 представлены конспекты занятий по темам «Эмоции и чувства», «Поступки и решения», «Я уникален, ты уникален», «Учимся думать и оценивать себя». Выбор этих тем обусловлен тем фактом, что разработка занятий, направленных на внутренний мир личности ребёнка, на развитие положительных качеств, способность к самоанализу, представля-

ет наибольшие сложности, в отличие от занятий, посвящённых непосредственно формированию привычек к здоровому образу жизни. Представленные в работе образцы занятий могут стать ориентиром для разработки педагогами собственных сценариев, помочь им определиться с выбором форм, методов и приёмов совместной деятельности с учащимися младших классов.

Перечень проектов, реализуемых в процессе занятий, представлен в таблице 10.

Таблица 10

Перечень проектов, предусмотренных комплексом занятий
«Страна здоровья»

Тема проекта	Результат
1 четверть	
Я уникальный человек. (коллективное творчество)	Изготовление коллажа, выставка работ на тему «Мое любимое домашнее животное», «Любимое занятие», «Любимый человек».
Учушь делать здоровый выбор. (Совместное творчество детей с родителями)	Импровизированные сценки.
2 четверть	
Вкусы и увлечения. (индивидуальная работа)	Составление коллекций (в зависимости от увлечения детей в классе)
Реклама табака и алкоголя. (Совместное творчество детей с родителями)	Анализ прессы (составление антирекламы табака и алкоголя). Совместное создание стенда «Мы против...»
Что ты знаешь о себе. (Совместное творчество детей с родителями)	Составление дневника здоровья, оценивание детьми своей работоспособности в конкретный день.
3 четверть	
Курение (Совместное творчество детей с родителями)	Изготовление плакатов «Деньги на ветер»: на плакате – подсчёт количества потраченных денег на курение 1 пачки сигарет ежедневно в течение года и перечень полезных товаров, которые можно было бы на них купить (мероприятий, и мест, которые можно было бы посетить)
Алкоголь (коллективное творчество)	Изготовление плакатов «Деньги на ветер – 2»: на плакате – подсчёт количества потраченных денег на алкоголь по выходным и праздникам в течение года и перечень полезных товаров, которые можно было бы на них купить

	(мероприятий, и мест, которые можно было бы посетить)
4 четверть	
Дерево достижений. (Совместное творчество детей с родителями)	Изготовление учащимися личных плакатов о себе: достоинства, увлечения, полезные привычки.

Реализация комплекса занятий подразумевает активное привлечение специалистов узкого профиля – представителей медицинских организаций, правоохранительных органов, психолога.

По завершении реализации всех программных мероприятий необходимо проведение повторной диагностики сформированности у детей установки на отказ от вредных привычек и сравнительный анализ полученных данных с данными первичной диагностики, что позволит оценить динамику и характер произошедших изменений.

Выводы по главе 2

1) Актуальное состояние отношения младших школьников к употреблению психоактивных веществ характеризуется наличием у младших школьников повышенного интереса к теме ПАВ, недостаточной осознанностью всех рисков, связанных с употреблением ПАВ, потенциально высоким риском формирования привычек к употреблению ПАВ на основе моделей поведения, демонстрируемых наркогенным окружением, доля которого достаточно велика;

2) Результаты констатирующего эксперимента со всей очевидностью указывают на необходимость проведения профилактических мероприятий по минимизации риска приобщения младших школьников к употреблению психоактивных веществ;

3) Для достижения целей профилактики употребления ПАВ в среде младших школьников следует разрабатывать комплексные программы профилактических занятий. В качестве примера был разработан комплекс профилактических занятий под названием «Профилактика вредных привычек». Занятия предполагается проводить в рамках работы кружка «Страна здоровья». Содержание комплекса предполагает не только ознакомление младших школьников с негативным влиянием психоактивных веществ на организм человека в целом и на детский организм, в частности, но и формирование установки на активные занятия спортом, на отказ от любых проб психоактивных веществ, на формирование и развитие практических навыков уверенного безопасного поведения в социуме.

4) Предложенный комплекс занятий предусматривает постоянное вовлечение младших школьников в активные виды деятельности (в том числе – проектную деятельность), что согласуется с ключевыми положениями теории деятельности, лежащей в основе всей системы образования и воспитания в современной школе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью выполнения выпускной квалификационной работы являлась разработка комплекса занятий «Профилактика вредных привычек», предназначенного для минимизации риска употребления младшими школьниками психоактивных веществ.

Анализ литературных источников по теме исследования показал, что под психоактивным веществом (ПАВ) понимают любое вещество (природное или синтетическое), способное при однократном приёме изменять настроение, физическое состояние, самоощущение, восприятие окружающего, поведение, либо давать другие, желательные с точки зрения потребителя, психофизические эффекты, а при систематическом приёме вызывать психическую и физическую зависимость. Выделяют три группы психоактивных веществ: алкоголь, наркотики и токсические вещества.

Теоретический анализ позволил установить, что в младшем школьном возрасте в основном оформляется характер ребенка, складываются его основные черты, которые в дальнейшем влияют на практическую деятельность ребенка и на общение с людьми, а значит, этот возраст наиболее благоприятен для начала профилактической работы по предупреждению злоупотребления ПАВ.

Ведущим содержанием первичной профилактики является педагогическая профилактика – комплексная и системная организация учебно-воспитательного процесса несовершеннолетних и молодежи, обеспечивающая снижение употребления ПАВ через расширение социальных компетенций, формирование личностных свойств и качеств несовершеннолетних, повышающих их устойчивость к негативным психосоциальным воздействиям. Для реализации педагогической профилактики используются разнообразные превентивные технологии и формы организации воздействия на адресные группы. К ним относятся: интеграция профилактического содержания в базовые учебные программы, воспитательная внеурочная работа (тренинговые занятия, ролевые игры, дискуссии, индивидуальная работа с обучающимися).

Констатирующий эксперимент, предназначение которого состояло в оценке актуального отношения младших школьников к употреблению психоактивных веществ, показал, что повышенный интерес младших школьников к теме наркопотребления представлен у 27,8% младших школьников, не осознают опасность употребления наркотиков и других ПАВ 5,6% младших школьников, микросоциальное наркогенное окружение младших школьников представлено у 38,9% детей.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости проведения профилактических мероприятий по минимизации риска приобщения младших школьников к употреблению психоактивных веществ.

Нами был предложен комплекс профилактических занятий под названием «Страна здоровья». Содержание комплекса предполагает не только ознакомление младших школьников с негативным влиянием психоактивных веществ на организм человека в целом и на детский организм, в частности, но и формирование установки на активные занятия спортом, на отказ от любых проб психоактивных веществ, на формирование и развитие практических навыков уверенного безопасного поведения в социуме. Предлагаемый комплекс занятий предусматривает постоянное вовлечение младших школьников в активные виды деятельности (в том числе – проектную деятельность), что согласуется с ключевыми положениями теории деятельности, лежащей в основе всей системы образования и воспитания в современной школе.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. «Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде» [Электронный ресурс]: Приказ Министерства образования РФ от 28.02.2000 №619. Режим доступа: Консультант плюс
2. Абдурахманова Н. Развитие личностных особенностей у школьников младшего возраста.// Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2014. № 5-2. С. 108-110.
3. Аксючиц И.К. Профилактические проблемы наркозависимости. – Брест: Издательство Академия, 2005. – 132 с.
4. Александров А.А., Иванова ЕЛ, Котова М.Б. Профилактика вредных привычек среди детей и подростков. //Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. - М.. 2008. С 31-35.
5. Андрущенко Т.Ю. Психологические условия формирования самооценки в младшем школьном возрасте // Вопросы психологии. 2007. № 4. С. 56-63.
6. Аносова Ю.В. Особенности мотивационного спектра при никотиновой зависимости у подростков. Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Актуальные проблемы клинической, социальной и военной психиатрии». - СПб. 16-17 июня 2005г.- 127с.
7. Ацканова М.Э. Особенности развития познавательной и личностно-мотивационной сферы младших школьников в условиях инновационных развивающих программ. Автореф. дисс. канд. психол. наук. Ростов-на-Дону, 2005. 24 с.
8. Баранов А. А., Кучма В. Р., Звездина И. В. и др. Табакокурение детей и подростков: гигиенические и медико-социальные проблемы и пути решения. - М. : Литтерра, 2007. - 216 с.
9. Бейсман В. Новые подходы к обучению/образованию в области профилактики зависимостей / В.Бейсман, Т.М. Шаршакова: Итоговый отчет Джеллинек-Беларусь-

10. Белов В.Л. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде : учеб. пособие / В.Л. Белов. – М.: Нарконет, 2007.-103с.
11. Березин С.В., Лисецкий КС. Психология ранней наркомании. - М., 2000.
12. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М., 2001.
13. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 2010. 628 с.
14. Волков Б.С. Психология младшего школьника. Учеб. пособие. М., 2000. 208 с.
15. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Академия, 2007. 490 с.
16. Глазкова О.В. Развитие нового направления в образовательных учреждениях по профилактике табакокурения и злоупотребления психоактивными веществами./ Профилактика и лечение табачной зависимости состояния и перспективы./ Материалы VII Московской научно-практической. –М.: УЗ ЦАО. 2007 – 141 с.
17. Головки А.И. Современная классификация психоактивных веществ. М.: Наркология. 2013. Т.8. С.34-49.
18. Дедух Е.Л., Лузанова Г.С. Роль гигиенического образования школьников, подростков и молодежи в профилактике табакокурения./ Профилактика и лечение табачной зависимости состояния и перспективы./ Материалы VII Московской научно-практической. –М.: УЗ ЦАО. 2007 – 141 с.
19. Егоров А.Ю. Алкоголизация и алкоголизм в молодежной среде: проблемы и перспективы. URL: <http://www.medline.ru/public/art/tom2/art51.phtml>
20. Егоров А.Ю. Современные особенности раннего алкоголизма. URL: <http://www.narcom.ru/cabinet/online/37.html>
21. Ермолаев О.Ю., Марютина Т.М., Мешкова Т.А. Внимание школьника. М., 2002. С. 30-37, 69-80.

- 22.Залыгина Н.А., Поликарпов В.А., Обухов Я.Л. Аддиктивное поведение молодежи: профилактики и психотерапия зависимостей. - Мн.: ПроPILEI, 2004. - 196 с.
- 23.Захарова А.В. Психология формирования самооценки. Минск, 2013. 352 с.
- 24.Казакова Г.П. Программа профилактики употребления психоактивных веществ среди учащихся первой ступени. Кемерово, 1998.
- 25.Касаткин В. Н. Принципы создания программы профилактики курения в школе.// Школа здоровья. - 2000. - № 4. - С. 37-43
- 26.Котова М.Б. Факторы, связанные с подростковым курением. //Конгресс Российского общества школьной и университетской медицины и здоровья. М., 19-20 февраля 2008 - С.87-92.
- 27.Красильников Г.Т., Киселева Л.Т. Современные психоактивные вещества и клиническая диагностика состояний интоксикации ими [Электронный ресурс] Режим доступа - URL: <http://www.medinfo.ru/sovety/psi/04.phtml>
- 28.Курек Н. С. Нарушения психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте.- СПб.:Алетейя, 2001, -226 с.
- 29.Кутумова О.Ю., Горный Б.Э. О потреблении психоактивных веществ среди городских подростков - школьников в Красноярском крае.// Современные исследования социальных проблем. 2016. №3. С, 126-135.
- 30.Легальные и нелегальные наркотики; Практическое руководство по проведению уроков профилактики среди подростков в 2-х частях. Часть 1. - СПб, 1996.-87с.
- 31.Максимова Н.Ю. Психологическая профилактика алкоголизма и наркомании несовершеннолетних. - Ростов н/Д: Феникс, 2000. - 384с
- 32.Машарова В.А. Познавательный интерес школьников с позиции современности.// Электронное научное издание (электронный научно-педагогический журнал). 2008. <http://www.emissia.org/offline/2008/1238.htm>

- 33.Маюров, А. Н. Антинаркотическое воспитание школьников// Основы социальной педагогики / Под ред. В.А. Попова. — Владимир, 1995. - 470с.
- 34.Мухина В.С. Возрастная психология. М., 2000. 361 с.
- 35.Наркотики: проблемы организации профилактической работы в молодежной среде: Материалы, исследования, тезисы/ Управление молодежной политики администрации г. Омска. - 2007 – 57с.
- 36.Панина Г. Профилактика вредных зависимостей у детей: психолого-педагогический подход.// Воспитание школьников. - 2001. - № 9. - С. 54-60
- 37.Панчешникова, Л.М. Методическое пособие для вузов. – М.: Просвещение, 1996.-187с
- 38.Плющ И.В. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами:учеб.пособие / И.В. Плющ, А. Третьякова // ОБЖ.-2007.-№7-8.- С.37-4277
- 39.Попов В. А., Вербецкая А. С. Употребление психоактивных веществ учащейся молодежью. Терминологический аппарат // Молодой ученый. — 2014. — №2. — С. 832-834. — URL <https://moluch.ru/archive/61/9062/>
- 40.Потребление психоактивных веществ среди городских подростков-школьников в Российской Федерации в 1999 году информационное письмо по результатам мониторинга. Москва,1999. С. 18.
- 41.Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркотиков. М.: Центр: "Планетариум", 2014. 96 с.
- 42.Ресурсная модель профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. 1 модуль. Методические материалы в помощь педагогам:учеб.пособие./ науч. редактор Афанасьева Н. В. –Вологда: Издательский центр ВИРО, 2007. 98с
- 43.Российский школьник и психоактивные вещества: технологии педагогической профилактики. Региональный аспект :учебник/ под. ред.С.С. Гиля. – М.: Агенство «Социальный проект», РИТМ – 2009 -67с.

44. Сирота Н.А.,. Эффективные программы профилактики зависимостей от наркотиков и других форм зависимого поведения: учеб.пособие/Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский. - М., 2006. - 103с

45. Смирнов А.А. К вопросу развития памяти школьников. – СПб.: Речь, 2003. 216 с.

46. Фишман Л.С., Сыркин Л.Д., Афанасьев В.Г., Чернышев А.Ю. Рекомендации по профилактике наркомании среди несовершеннолетних. 2015. Режим доступа – URL: https://sch2psn.edumsko.ru/uploads/3000/2461/section/262289/deyatelnost/narkotiki_i_pav/rekomendacii_po_profilaktike_narkomanii_sredi_nesovershennoletnih_noyab_2015.pdf

47. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно- методическое пособие. /Под ред.Л.В. Баль, С.В. Барканова.- Москва, 2002

48. Шабалина В.В. Зависимое поведение школьников: психологическое консультирование школьников и их родителей по проблеме зависимого поведения. - СПб. : Медицинская пресса, 2001. - 167 с

49. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.

50. Эльконин Д.Б. Детская психология. – М.: Академия, 2012. – 314 с.

Приложение 1

Выявление относительного веса каждой ценности, коэффициента (по методике «Может ли»)

№	Имя, фамилия	Новые необычн.ощущен., К1	Здоровье, К2	Богатство, К3	Развлечение К4	Дружба, принятие со сторон	Успехи в учебной деятельности К6	Сила, влияние на других, К7
---	--------------	---------------------------	--------------	---------------	----------------	----------------------------	----------------------------------	-----------------------------

						ы др. К5		
1.	Тамара Б.	5	3	1	0	6	4	2
2.	Антон Г.	3	1	2	5	4	6	0
3.	Маша Г.	2	1	5	4	3	0	6
4.	Алексей З.	1	2	3	4	5	6	1
5.	Егор К.	2	0	4	5	6	3	1
6.	Илья Л.	2	6	1	3	4	5	1
7.	Елизавета М.	1	2	4	6	4	0	4
8.	Данил М.	1	5	3	3	5	5	0
9.	Артём М.	1	2	4	6	4	0	4
10.	Екатерин а Н.	3	1	2	5	4	6	0
11.	Андрей П.	4	5	0	2	6	3	1
12.	Софья С.	4	6	2	3	1	0	3
13.	Валерия С.	1	5	3	3	3	5	0
14.	Владисла в С.	2	0	4	5	6	3	1
15.	Владимир У.	1	2	4	6	4	0	4
16.	Екатерин а Ф.	0	6	2	4	4	4	1
17.	Александр а Х.	3	5	0	1	4	4	2
18.	Александр р Ч.	0	6	2	4	4	4	1
Общий балл ценности		34	58	45	69	77	58	32

**Выявление значения оценочного компонента антинаркотической установки
(по методике «Может ли»)**

№	Имя, фамилия	Отношение к курению	Отношение к употреблению алкоголя	Отношение к употреблению наркотиков	значения оценочного компонента антинаркотической установки
1.	Тамара Б.	-15	-1	5	11
2.	Антон Г.	-5	17	11	23
3.	Маша Г.	-7	-11	-5	-23
4.	Алексей З.	2	2	12	16

5.	Егор К.	11	11	9	31
6.	Илья Л.	0	2	12	14
7.	Елизавета М.	-9	-1	7	-3
8.	Данил М.	16	16	16	42
9.	Артём М.	-1	3	11	13
10.	Екатерина Н.	-3	9	5	11
11.	Андрей П.	-3	9	17	23
12.	Софья С.	7	-1	-1	5
13.	Валерия С.	14	14	12	40
14.	Владислав С.	-9	-3	-3	-15
15.	Владимир У.	-5	-5	3	-7
16.	Екатерина Ф.	7	7	9	23
17.	Александра Х.	3	9	16	28
18.	Александр Ч.	-5	11	13	19

Распределение испытуемых по степени риска приобщения к потреблению ПАВ

№ п/п	Имя, фамилия	уровень		
		высокий	средний	низкий
1.	Тамара Б.		+	
2.	Антон Г.			+
3.	Маша Г.	+		
4.	Алексей З.		+	
5.	Егор К.			+
6.	Илья Л.		+	
7.	Елизавета М.		+	
8.	Даниил М.			+
9.	Артём М.		+	
10.	Екатерина Н.		+	
11.	Андрей П.			+
12.	Софья С.		+	
13.	Валерия С.			+
14.	Владислав С.		+	
15.	Владимир У.		+	
16.	Екатерина Ф.		+	
17.	Александра Х.			+
18.	Александр Ч.		+	

Приложение 2

Протокол обследования по методике «Приключение Кузи и Фани»

№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
1.	Тамара Б.				2.	Антон Г.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/отказ	Аргумент.	Реакция/актив	Реальн./фантазия	Текст овое зад	Про ба/отказ	Аргумент.	Реакция/актив	Реальн./фантазия
К2	0				К2	0			
К3	+1	1	1		К3	+1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	0				К6	+1	1	1	
К7	+1	1	1		К7	+1	1	1	

К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	6				итог	9			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
3.	Маша Г.				4.	Алексей З			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	-1	1	1		К3	-1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	-1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	+1	1	1		К6	+1	1	1	
К7	+1	1	1		К7	+1	1	1	
К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	5				итог	8			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
5.	Егор К.				6	Илья Л.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	+1	1	1		К3	-1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	-1	1	1	
К6	0				К6	+1	1	1	
К7	+1	1	1		К7	+1	1	1	
К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	6				итог	7			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
7.	Елизавета М.				8	Артём М.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	-1	1	1		К3	-1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	-1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	+1	1	1		К6	+1	1	1	
К7	+1	1	1		К7	-1	1	1	

К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	5				итог	7			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
9.	Данил М.				10	Екатерина Н.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	-1	1	1		К3	-1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	+1	1	1		К6	0			
К7	+1	1	1		К7	+1	1	1	
К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	6				итог	7			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
11.	Андрей П.				12	Софья С.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	+1	1	1		К3	+1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	0				К6	+1	1	1	
К7	-1	1	1		К7	+1	1	1	
К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	5				итог	9			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
13.	Валерия С.				14.	Владислав С.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	+1	1	1		К3	+1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	+1	1	1		К6	0			
К7	+1	1	1		К7	+1	1	1	

К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	-1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	-1	1	1	
Итог	7				итог	6			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
15.	Владимир У.				16	Екатерина Ф.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	-1	1	1		К3	-1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	+1	1	1		К6	+1	1	1	
К7	-1	1	1		К7	+1	1	1	
К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	+1	1	1		К11	-1	1	1	
Итог	6				итог	7			
№	Имя, фамилия				№	Имя, Фамилия			
17.	Александра Х.				18.	Александр Ч.			
Код					код				
Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия	Текст овое зад	Про ба/ отка з	Аргум ент.	Реак ция/ актив	Реальн./ фантазия
К2	0				К2	0			
К3	-1	1	1		К3	-1	1	1	
К4	+1	1	1		К4	+1	1	1	
К5	+1	1	1		К5	+1	1	1	
К6	0				К6	0			
К7	+1	1	1		К7	+1	1	1	
К8	+1	1	1		К8	+1	1	1	
К9	+1	1	1		К9	+1	1	1	
К10	-1	1	1		К10	+1	1	1	
К11	-1	1	1		К11	+1	1	1	
Итог	5				итог	7			

Анкета

1. Знаете ли вы что такое наркотики, сигареты, алкоголь?

-да.

-нет.

2. Откуда вы впервые узнали об этих веществах?

-от друзей;

- из газет, журналов, телевидения;

- из видеофильмов;

- от родителей;

- другое _____

3. Какое количество твоих знакомых, как ты думаешь, принимают наркотики, алкоголь, курят?

- нет таких:

- 2-3 человека;

5 и более.

4. Как ты думаешь, почему может возникнуть желание попробовать психоактивные вещества?

- это поднимает авторитет в глазах других ребят;

- это интересно, посмотреть как изменится настроение;

- это поможет досадить родителям;

- неудобно отказываться, когда все пробуют;

- если нет смысла в жизни;

- когда нечего делать;

- модно;

-другое _____

5. Довелось тебе хотя бы раз попробовать выкурить сигарету, выпить и т.п.?

- да

- нет.

6. Продолжи предложения:

- наркотики (алкоголь) это _____

- если бы мне предложили наркотики (алкоголь), то я бы _____

- я знаю, как можно бороться с наркотиками (алкоголем) _____

- курение это _____

- сигарета в руке - это показатель _____

- не курить – это значит не _____

- для того, чтобы бросить курить, нужно _____

Цель: создание условий для формирования у младших школьников представлений об эмоциональном мире человека, его роли в жизни, результатах деятельности, взаимоотношениях с другими людьми.

Задачи:

- Развитие представлений об эмоциях, умение их различать и понимать;
- Развитие осознанности поведения;
- Развитие способности к корректному обращению с эмоциями и чувствами других людей.

Оборудование: пиктограммы эмоциональных состояний, фото, зайчик, корзина.

Ход занятия:

1. Упражнение «Фотовыставка»

Цель: развитие умения распознавать эмоции.

Педагог демонстрирует фотографии детей и предлагает учащимся определить, какое у кого настроение.

После этого детям предлагает рассмотреть схематические изображения настроения, подобрать схему настроения и подарить ее каждому ребенку на фото. (Дети рассматривают набор схем настроения, который лежит у них на столе. Педагог по очереди демонстрирует фотографии детей с разным настроением. Дети выбирают соответствующему фото схематическое изображение настроения и кладут на него.)

Обсуждение:

- Почему у каждого из детей на фотографиях именно такое настроение? Чем оно могло быть вызвано?

- Какое настроение чаще всего бывает у вас? Почему?

2. Работа со сказкой «Слоненок с шариками»

Цель: дать представление о возможных негативных последствиях использования приема «Ласковый теленочек»; развитие осознанности поведения, эмпатии; закрепление знаний об эмоциях.

Педагог рассказывает детям сказку. Во время слушания дети периодически повторяют действие, которое происходит в сказке.

«Сказка о Слоненке с шариками»

Жил-был маленький слоник. Мама и папа его очень любили. Они вместе гуляли, купались в реке и пускали фонтаны воды из своих длинных хоботков. Маленький Слононок очень любил проводить время с родителями. Однажды, гуляя по парку с родителями, он увидел у Обезьянки большой воздушный шарик. Слоненку очень понравился шарик, и он захотел такой же.

- Мама, папа, я тоже хочу такой шарик, купите и мне такой же, пожалуйста!

Родители купили ему красивый желтый шарик. Слононок был очень счастлив: везде ходил со своей шариком, а когда ложился спать, привязывал его к своей кровати. (Педагог спрашивает, какое настроение у Слоненка. Детям предлагается показать, как слоненок радуется новому шарик. Педагог вешает пиктограмму «Радость» на доску). Гуляя в следующий раз с родителями по парку, Слононок увидел у Мишки большой зеленый шарик и снова попросил родителей купить такой же. Родители не хотели огорчить любимого сыночка и купили. Вскоре малыш захотел иметь красный, синий шарик, а потом еще и еще.

У родителей не осталось денег, но Слононок продолжал выпрашивать шарик. Он обнимал родителей и говорил: «Папа, мама, миленькие, купите еще один шарик, пожалуйста. Я вас так люблю». Он был очень милым и ласковым, что родители не могли ему отказать. Родителям очень любили слоненка и им пришлось брать дополнительную работу, чтобы заработать денег на новые шарик для сыночка. И чем больше он просил шариков, тем дольше родители задерживались на работе. Они меньше проводили времени с сыном, а прогулки в парк совсем прекратились. Слонику стало грустно самому, и большое количество шариков его уже не радовало. (Дети показывают, как слоненок тосковал. Педагог вешает пиктограмму «Печаль» на доску).

- Почему Слоненку было грустно? (Ответы детей).

В комнате Слоника было столько шариков, что он не мог пошевелиться. Тогда он собрал все свои шарик и вышел во двор. Шариков

было так много, что они стали его поднимать все выше и выше на небо. Слоненок испугался, что никогда не увидит своих родителей, и начало звать на помощь: «Помогите! Помогите!». (Детям предлагается представить, что они все летят, и в этот момент им очень страшно. Педагог вешает значок «Страх» на доску). Прилетели вороны и начали своими клювами клевать шарики, которых становилось все меньше и меньше. Слоненок начал опускаться вниз. Спустившись, он задумался ...» Обсуждение сказки:

- Как вы думаете, о чем подумал Слоненок? (Послушать мнение детей.)

Возможно, о том, как было хорошо гулять с родителями по парку, купаться в реке и пускать фонтанчики воды из хобота? Как чувствует себя сейчас Слоненок? (Дети определяют настроение героя. Изображают стыд. Педагог вешает на доску пиктограмму «Стыд»).

- Что для этого может сделать именно Слоненок? Подскажите ему, пожалуйста! (Дети обсуждают, что неправильно сделал Слоненок, и как ему можно помочь.)

Молодцы! Вы помогли Слоненку понять, что он делал не так, и исправить ошибки. А теперь, посмотрите на доску. Давайте вспомним, как менялось настроение Слоненка течение сказки: радость, печаль, страх, стыд.

3. Рефлексивный анализ деятельности:

- Что нового вы узнали?
- Какое у вас сейчас настроение? Почему?

Приложение 5

Конспект занятия по теме «Я уникален, ты уникален»

Цель: создание условий для формирования у младших школьников представления о себе и о других людях как уникальных, неповторимых, ценных личностях.

Задачи:

- Раскрытие сущности понятия «уникальность»;

- Развитие способности к самоанализу;
- Воспитание уважительного отношения к личности другого человека.

Ход занятия.

1. Творческое задание – раскрашивание фигурок человека.

Педагог раздаёт детям вырезанные из бумаги фигурки человека и задаёт следующие вопросы:

- Что за шаблоны в ваших руках?
- Какие они?
- Верно ли то, что все эти фигурки одинаковые?
- Можно ли сделать так, чтобы они стали разными?

После ответов детей им предлагается раскрасить фигурки по собственному усмотрению. Внимание детей акцентируется на том, что это может быть не только раскрашивание, но и разрисовывание узорами, можно нарисовать человечку лицо, одежду и т.д.

По завершении выполнения задания все фигурки наклеиваются на ватман, и получается коллективная картина.

2. Игра «Соберитесь вместе те, у кого...».

Правила игры таковы: педагог озвучивает команды, начинающиеся со слов «Соберитесь вместе те, у кого...» (одинаковый цвет глаз, одинаковый рост, одинаковый размер обуви, одинаковые отметки по русскому языку и т.д.).

Дети переходят от одного к другому, чтобы сравнить названный признак, и, в конечном итоге, распределяются по группам.

По завершении игры проводится обсуждение:

- Всегда ли группы, в которые вы объединялись, получались одинаковыми по составу?
- Как вы думаете, почему состав групп был разным?

Дети подводятся к выводу о том, что у разных людей имеются признаки сходства, но, в то же время, по другим признакам они отличаются друг от друга. Набор внешних качеств и признаков каждого человека уникален.

После этого педагог задаёт детям вопросы:

- Можно ли сказать то же самое о внутренних качествах человека?
- Согласны ли вы с тем, что черты характера и способности у многих людей могут быть сходными, но, всё же, они различаются?

После ответов детей педагог предлагает сыграть в игру.

3. Игра «Похожи – не похожи».

Дети делятся на две равные по количеству группы и выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу. В каждой паре каждый из детей произносит такой текст «Мы с тобой оба ..., но ты ..., а я – нет». Например, «Мы с тобой оба весёлые, но ты любишь читать, а я – нет» или «Мы оба занимаемся спортом, но ты занимаешься плаванием, а я – нет».

Детям необходимо найти общее с каждым из группы и увидеть различия. Это относится и к чертам характера, и к увлечениям и к особенностям поведения.

Игра продолжается до тех пор, пока каждый из детей не обменяется своими наблюдениями и впечатлениями с каждым из группы.

По завершении игры педагог проводит беседу:

- Удалось ли вам обнаружить, чем вы похожи друг с другом?
- Удалось ли вам обнаружить различия?

После ответов детей педагог делает вывод о том, что в каждом человеке есть сходства с другими и отличия, и такое сочетание называют уникальностью, то есть непохожестью на других.

4. Рефлексивный анализ деятельности:

- Посмотрите ещё раз на фигурки человечков, которые вы раскрашивали и зарисовывали. Похожи они между собой? Чем? Различаются ли они? Чем?

- Как вы понимаете слово «уникальность»?
- Как вы думаете, интересно было бы общаться людям, если бы все они были одинаковыми?
- Как нужно относиться к тому, что другой человек не похож на тебя – у него другие черты характера, увлечения, привычки?

Приложение 6

Конспект занятия по теме «Поступки и решения»

Цель: создание условий для развития у младших школьников способности к критическому анализу собственных поступков и ответственному принятию решений.

Задачи:

- Актуализировать представления детей о том, какие поступки и действия человека можно оценивать как хорошие и как плохие;
- Воспитывать в детях ответственность за свои поступки, способность делать правильный выбор;
- Стимулировать потребность детей в совершении хороших поступков и пресечении плохих.

Ход занятия

1. Чтение и обсуждение стихотворения «Что такое хорошо, что такое плохо».

Педагог предлагает детям припомнить стихотворение «Что такое хорошо, что такое плохо». Если кто-то помнит наизусть, то рассказать. Если никто из детей не помнит наизусть, то стихотворение зачитывается.

После прочтения проводится обсуждение:

- Какие поступки, по мнению автора произведения, можно назвать хорошими? Какие – плохими?

- Каких поступков, по вашему мнению, вы совершаете больше – хороших или плохих?

- Когда доводилось совершить плохой поступок, как вы понимали, что он плохой? Вы сами это понимали или после объяснения взрослыми?

2. Творческое задание «Инсценировки».

Дети делятся на две группы.

Одной группе предлагается инсценировать ситуацию «Класс решил сбежать с урока», второй – «Класс решил самостоятельно украсить кабинет к Новому Году».

Детям необходимо самим продумать сценарий, распределить роли, придумать диалоги, провести первичную репетицию и представить свою постановку другой группе.

Обязательное условие – в каждой группе должен быть один человек, который против инициативы большинства. Задача протестующего – найти аргументы для отстаивания своей позиции, задача большинства – найти контраргументы и постараться склонить протестующего на свою сторону.

После выполнения задания и проигрывания ситуаций проводится обсуждение:

- Какая из ситуаций может быть охарактеризована как хорошая, какая – как плохая? Почему?

- (вопрос к протестующим) Легко ли вам было противостоять влиянию большинства? Почему?

- (вопрос к большинству) Почему вы пытались перетянуть на свою сторону тех, кто был против вашей затеи?

- Всегда ли мнение большинства означает, что вас склоняют к выбору чего-то хорошего и правильного?

3. Рефлексивный анализ деятельности:

- Что нового узнали для себя, поняли на нашем занятии?

- Что будете делать, когда перед вами стоит выбор? Как будете принимать решение?

Приложение 7

Приложение 7

Конспект занятия по теме «Учимся думать и оценивать себя»

Цель: создание условий для формирования у детей устойчивой адекватной самооценки.

Задачи:

Ознакомить детей с содержанием понятия «самооценка», сформировать корректное понимание этого слова;

Развивать способность к критическому анализу собственных потребностей и возможностей;

Содействовать повышению уровня ответственности детей и уверенности в собственных силах.

Ход занятия

1. Теппинг-тест.

Педагог проводит с детьми беседу по следующим вопросам:

- Случалось с ли так, что вы брались за какое-то дело, а результат оказывался хуже, чем ожидали?

- Бывало ли так, что, наоборот, рассчитывали на худший результат, а получалось, наоборот, лучше?

- Можете ли вы сказать, что точно знаете, что вам выполнить по плечу, а что нет?

Проводится теппинг-тест. После подсчёта результатов педагог объясняет детям суть понятия «самооценка» и рассказывает о видах самооценки.

Внимание детей акцентируется на следующих моментах:

1) Многие люди считают, что самооценка – это то, как человек сам себя оценивает. Это неправильно! Самооценка – это соотношение уровня притязаний человека (того, чего он хочет) и уровня достижений (то, что он может, способен сделать);

2) Завышенная самооценка – это когда человек хочет получить больше, чем сам может для этого сделать;

3) Заниженная самооценка – это когда человек считает, что он мало на что способен, поэтому и ставит перед собой только мелкие цели, хотя на самом деле способен на бОльшие достижения;

4) Адекватная самооценка – это когда человек чётко знает, какими способностями он обладает, что он умеет, а чего не умеет, и ставит реалистичные цели, которых и достигает.

2. Работа со сказкой «Про неудачника Вову».

Педагог предлагает детям послушать сказку и рассказывает её.

Жил-был в одном городе мальчик по имени Вова. И был этот Вова неудачником. Точнее – он сам считал себя неудачником. А всё потому, что и учёба Вове не удавалась (кое-как на «троечки» учился да «двойки» частенько умудрялся схлопотать), и смастерить толком ничего не выходило (то гвоздь загнётся, то клеем всё залито, то ещё какая беда приключится), и дружить-то с ним никто из мальчишек не хотел ни во дворе, ни в школе (слабаком обзывали, смеялись над его неуклюжестью на уроках физкультуры и в играх во дворе).

И вот однажды, получив очередную «двойку» по математике, испортив модель самолёта на уроке труда и не сумев подтянуться на перекладине на уроке физкультуры, шёл Вова домой сильно расстроенный. До того плохое у него было настроение, что, идя по парку в сторону дома, не выдержал он,

уселся на скамейку и горько расплакался. Плакал он и под нос себе бормотал: «Ну вот, опять невезуха. Ещё и разревелся, совсем как девчонка. Слабак ты, Вова, слабак! Ничего хорошего из тебя не выйдет».

А на этой же скамеечке сидел старик и читал газету. Выглядел этот старик, надо заметить, довольно необычно – на Деда Мороза был похож. С длинной седой бородой, крупного телосложения, и глаза добрые-предобрые.

Когда Вова немного успокоился и почти перестал всхлипывать, старик густым басом (точь-в-точь как у Деда Мороза), но тихонько и по-доброму спросил: «Ты почему плачешь, Вова?».

Вова так удивился, что даже всхлипывать перестал, и спросил: «Откуда Вы знаете, как меня зовут?». Позабыл Вова, что пока горевал, сам своё имя вслух произнёс. А старик ему и отвечает загадочно, с улыбкой: «О, я многое знаю...». Пригляделся Вова к старику и решился спросить: «А Вы, случайно, не Дед Мороз? Очень уж похожи». «Именно так, - отвечает старик, - Дед Мороз и есть. Просто сейчас ещё осень на дворе, поэтому я отдыхаю и выхожу погулять в парк в обычной одежде и с газетой или книгой. Так что же с тобой случилось, Вова?».

Вова так впечатлился встречей с самим Дедом Морозом, что, как на духу, поведал ему обо всех своих бедах.

Старик внимательно выслушал Вову, призадумался и говорит:

- Ну, что ж, хотя до Нового Года ещё далеко, пожалуй, помогу тебе. А так как персонаж я не совсем обычный, можно сказать – сказочный, то давай и поступим как в сказке – исполню я три твоих желания. Первое – преодолеть неуспехи в учёбе и начать получать хорошие отметки. Второе – стать сильным и спортивным. Третье – стать ловким и умелым, чтобы мог мастерить поделки аккуратные и красивые. Ну как, согласен?

- Ещё бы! – вскричал обрадовано Вова. – Конечно, согласен!

- Тогда по рукам? – спросил старик, протянув Вова свою большую ладонь.

- По рукам! – ответил Вова, и они пожали друг другу руки.

- А теперь, - продолжил старик, - послушай меня очень внимательно. Первое твоё желание я смогу исполнить за неделю. Сам понимаешь, что это непросто.

- Понимаю... - согласно вздохнул Вова, ведь он, действительно, понимал, что подтянуться в учёбе непростая задача.

- И для того, чтобы твоё желание исполнилось, тебе придётся выполнить некоторые условия. Ты ведь знаешь, что в сказках главный герой всегда тебе должен выполнить какое-то условие. Так вот, твоё условие – очень внимательно слушать учителя на уроке и делать всё то, что учитель говорит, и на уроке и дома. Это ведь не сложно, правда?

- Проще простого, - согласился Вова.

- Вот и договорились. Тогда ровно через две недели встретимся на этом же месте в это же время. А сейчас я пойду, чтобы начать исполнять твоё желание, ну а ты беги домой и помни про условие.

- Хорошо! Спасибо! Обязательно буду помнить, и всё сделаю! До свидания! – прокричал Вова, уже убегая в сторону дома.

Дома, пообедав, Вова уселся за выполнение домашнего задания. Хорошее настроение сразу улетучилось, потому что делать «домашку» всегда было трудно. Но тут Вова вспомнил про Деда Мороза и подумал «Он, наверное, уже начал исполнять моё первое желание. Да, конечно, начал. Он же обещал. А Дед Мороз всегда исполняет желания. Ну-ка, посмотрим, может быть, задания стали не такими трудными».

Начал Вова читать задание и про условие исполнения его желания не забывал, поэтому вспомнил и то, что рассказывал учитель на уроке. С удивлением обнаружил Вова, что задание-то лёгкое. Хотя чему удивляться? Волшебство – оно и есть волшебство.

Схватил Вова ручку и начал быстро решать примеры из задачника, а потом и по русскому языку влёгкую все три упражнения выполнил, и по природоведению всё прочитал, пересказал и без трудностей ответил на вопросы после текста.

Пока делал уроки, время от времени Вова восхищённо шептал «Ай да, Дед, ай да, Мороз! Лихо он желания исполняет».

На следующий день во время урока природоведения, когда начался опрос по домашнему заданию, и учитель спросил, кто хочет ответить на вопросы, рука Вовы непроизвольно сама поднялась вверх. Учитель был очень удивлён, ведь раньше Вова старался спрятаться за спины других и никогда сам не поднимал руку, чтобы ответить. Вышел Вова к доске и без единой запинки ответил на все вопросы, за что получил свою первую «пятерку» по природоведению. А в конце учебного дня в тетрадях по русскому языку и математике красовались аккуратно выведенные красными чернилами «четверки». Да, не «пятерки», потому что не обошлось без ошибок, да и помарок было много, потому что Вова писал очень быстро. Но ведь Дед Мороз же предупредил, что время понадобится, за один день такое желание не исполнить.

Ровно через неделю Вова сидел на скамейке в парке рядом с Дедом Морозом и с гордостью показывал дневник и тетрадки, в которых теперь «четверки» чередовались с «пятерками», очень редко встречались «тройки», а «двойки» и вовсе исчезли.

- Спасибо Вам большое! Вы – настоящий волшебник! – с искренней благодарностью произнёс Вова.

- Это тебе спасибо, Вова, - ответил старик, - за то, что условие своё выполнил, иначе ничего бы у меня не вышло. Если и дальше будешь соблюдать это условие, то волшебство будет продолжать действовать.

- Буду! Обязательно буду! – заверил старика мальчик.

- Ну а теперь давай приступим ко второму твоему желанию – стать сильным и спортивным. На его выполнение мне нужно будет больше времени – две недели.

- Я понимаю, - не очень вежливо перебил старика Вова. – Извините за то, что перебил, просто я хорошо понимаю, что такой дохляк и слабак сразу не превратится в сильного и спортивного.

Произнеся эти слова, Вова приуныл, а старик поспешил его успокоить:

- Ну-ну, не отчаивайся. Лучше послушай условие: каждое утро ты будешь делать зарядку, а по вечерам приходить в этот парк на спортивную площадку, чтобы бегать и подтягиваться на перекладине. В первый день

пробежишь 1 круг и подтянешься 3 раза. На второй день – два круга и подтянешься 4 раза. Так каждый день будешь добавлять по одному кругу и одному подтягиванию. Как тебе такое условие? Согласен выполнить?

Вова не спешил с ответом, он сильно сомневался в том, что у него получится, но желание стать сильным и спортивным оказалось сильнее, поэтому он ответил согласием.

- Вот и отлично, - продолжил старик, - а теперь давай я тебе покажу, какие упражнения ты будешь делать по утрам. Ты же наверняка заметил, что сегодня я пришёл в спортивном костюме? (старик заулыбался)

- Заметил, - с улыбкой ответил Вова.

Старик начал показывать Вове комплекс упражнений для утренней гимнастики, а Вова повторял и запоминал.

После этого они попрощались и каждый пошёл исполнять то, о чём договорились.

На следующее утро Вова проснулся на 15 минут раньше обычного и, как обещал, сделал зарядку. Было трудно, Вове очень хотелось поваляться в постели лишние 15 минут, но он помнил о том, что без выполнения условия волшебства не произойдёт, поэтому сделал все упражнения от начал и до конца. По дороге в школу Вова заметил, что настроение его лучше, чем всегда, а движения его легче, чем обычно.

Две недели пролетели незаметно. Вова продолжал слушать учителя на уроках, и волшебство с успеваемостью продолжало работать. Но и это ещё не всё. Совершенно неожиданно мальчик начал на уроках физкультуры выполнять все задания учителя сначала почти правильно, а после – точно так, как было нужно. Это его радовало, и Вова всё больше убеждался в том, что утренняя зарядка и занятия на спортивной площадке по вечерам приносят ему пользу.

В тот день, когда должна была состояться встреча с Дедом Морозом, одноклассники пригласили Вову прийти в выходной на стадион, чтобы сыграть вместе с ними в футбол. Он так обрадовался, что на встречу с волшебником бежал вприпрыжку, ему не терпелось поделиться этой радостной новостью.

Но Деда Мороза не оказалось в условленном месте. Напрасно бродил Вова целый час по тротуару возле скамейки и вглядывался в фигуры прохожих. Старика всё не было.

Расстроенный и одновременно встревоженный отсутствием старика, побрёл Вова домой. Он старательно выполнил домашнее задание. Осталось только сделать поделку на урок труда – кораблик из скорлупы от грецкого ореха и подручных материалов.

Вова бесцельно вертел в руках скорлупу от ореха и всё думал о старике: почему он не пришёл? Может, что-то случилось? Вдруг он заболел?

И тут мальчик обратил внимание на скорлупу в своих руках. Его мысли сразу стали двигаться в другом направлении – он стал размышлять о том, какое условие ему поставил бы Дед Мороз, чтобы сделать из него ловкого и умелого мастера на все руки? Немного подумав, он решил, что, наверное, это было бы такое условие – прежде чем делать, продумать, как и из чего сделать задуманное, быть внимательным и не спешить.

Вова решил опробовать это в деле, и уже через час на его столе красовался не один кораблик, а целая флотилия, и все кораблики были красивыми и аккуратными.

- Видел бы это Дед Мороз! – подумал Вова... И тут он вдруг понял...

После этих слов педагог просит детей придумать продолжение сказки.

Суть в том, чтобы дети догадались, что никакого волшебства не было, что Вова сам достиг всех этих результатов, а «волшебник Дед Мороз» только подсказал ему правильный путь, что любой неудачник может справиться со своими неудачами, если начнёт что-то сам предпринимать и не будет лениться.

3. Рефлексивный анализ деятельности:

- Как вы понимаете слово «самооценка»?

- Какие выводы вы сделали для себя из сказки про неудачника Вову?