

Уважаемый пользователь! Обращаем ваше внимание, что система «Антиплагиат» отвечает на вопрос, является ли тот или иной фрагмент текста заимствованным или нет. Ответ на вопрос, является ли заимствованный фрагмент именно плагиатом, а не законной цитатой, система оставляет на ваше усмотрение.

## Отчет о проверке № 1

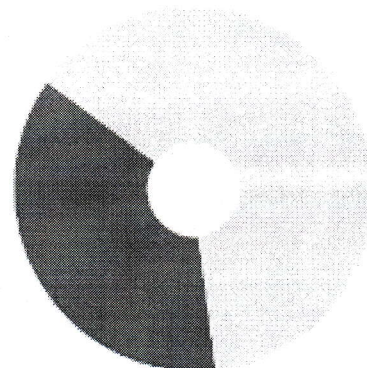
дата выгрузки: 15.06.2017 16:47:26  
пользователь: [inna\\_va94@mail.ru](mailto:inna_va94@mail.ru) / ID: 1698999  
отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат»  
на сайте <http://www.antiplagiat.ru>

### Информация о документе

№ документа: 94  
Имя исходного файла: Тулюя И С.docx  
Размер текста: 905 кБ  
Тип документа: Не указано  
Символов в тексте: 184143  
Слов в тексте: 23022  
Число предложений: 1390

### Информация об отчете

Дата: Отчет от 15.06.2017 16:47:26 - Последний готовый отчет  
Комментарии: не указано  
Оценка оригинальности: 62.61%  
Заимствования: 37.39%  
Цитирование: 0%



Оригинальность: 62.61%  
Заимствования: 37.39%  
Цитирование: 0%

### Источники

Доля в тексте	Источник	Ссылка	Дата	Найдено в
6.82%	[1] Рации в рамках федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2002-2004 годы» - Документ	<a href="http://qiqabaza.ru">http://qiqabaza.ru</a>	20.04.2017	Модуль поиска Интернет
5.31%	[2] «Приключение Кузи и Фани» - Программа профилактики злоупотребления	<a href="http://uch.znate.ru">http://uch.znate.ru</a>	11.05.2016	Модуль поиска Интернет
5.19%	[3] Г. Н. Тростанецкая; главный специалист Управления социально-педагогической поддержки и реабилитации детей Минобразования России канд мед	<a href="http://kazzam.ru">http://kazzam.ru</a>	06.04.2016	Модуль поиска Интернет



**Отзыв**  
**научного руководителя**  
**на выпускную квалификационную работу**

Туллюля Инны Сергеевны

*Ф.И.О. студента*

**44.03.05 Педагогическое образование,**

направление обучения

**Начальное образование, русский язык**

направленность (профиль) ОПОП

Минимизация риска употребления психоактивных веществ

младшими школьниками посредством комплекса занятий

«Профилактика вредных привычек»

*тема выпускной квалификационной работы*

В процессе выполнения выпускной квалификационной работы студент(ка) освоил(а) следующие компетенции:

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
ОК-1 способен использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения	+		
ОК-2 способен анализировать основные этапы и закономерности исторического развития для формирования гражданской позиции		+	
ОК-3 способен использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве	+		
ОК-6 способен к самоорганизации и самообразованию	+		
ОПК-1 готов сознать социальную значимость своей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	+		
ОПК-2 способен осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	+		
ПК-1 готовность реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов	+		
ПК-2 способен использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	+		



ПК-6 готов к взаимодействию с участниками образовательного процесса	+		
ПК-7 способность организовать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	+		
ПК-8 способен проектировать образовательные программы		+	
ПК-11 готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования	+		

В процессе работы Тумоля И.С. продемонстрировал (а)  
Фамилия Инициалы обучающегося  
предвсущего уровень сформированности  
 проверяемых компетенций.

Студент(ка) при выполнении выпускной квалификационной работы  
 проявил(а) себя как организатора, ведущего,  
ответственной исследователь.

Содержание ВКР соответствует предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Структура ВКР соответствует предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Оформление ВКР соответствует предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Выпускная квалификационная работа рекомендуется к защите.

16 . 06 . 2017

Научный руководитель

Евщикова Е.С.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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

Тулюля Инна Сергеевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**МИНИМИЗАЦИЯ РИСКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ  
ВЕЩЕСТВ МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ ПОСРЕДСТВОМ  
КОМПЛЕКСА ЗАНЯТИЙ «ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ  
ПРИВЫЧЕК»**

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой

канд. биол. наук, доцент ВАК Панкова Е. С.

16.06.2017 Е.С. Панкова  
(дата, подпись)

Руководитель

канд. биол. наук, доцент ВАК Панкова Е. С.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Дата защиты \_\_\_\_\_

Обучающийся

Тулюля И. С

(фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Оценка \_\_\_\_\_

(прописью)

Красноярск  
2017

## Содержание

Введение.....	3
<b>Глава I. ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА.....</b>	<b>6</b>
1.1 Понятие «психоактивные вещества» и факторы риска возникновения их употребления.....	6
1.2 Психофизиологические особенности младшего школьника и влияние вредных привычек на них.....	13
1.3 Способы профилактики риска возможного употребления психоактивных веществ младшими школьниками .....	27
1.3.1 Учебные предметы.....	31
1.3.2 Внеурочная деятельность.....	36
Выводы по главе I.....	38
<b>Глава II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ АКТУАЛЬНОГО УРОВНЯ РИСКА ВОЗМОЖНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ.....</b>	<b>40</b>
2.1 Критерии и методы исследования.....	40
2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента.....	51
2.3 Комплекс занятий по минимизации риска возможного употребления психоактивных веществ младшими школьниками «Профилактика вредных привычек».....	66
Выводы по главе II.....	76
Заключение.....	77
Список используемой литературы.....	79
Приложения	

## Введение

Способности человека уникальны и реализуются в зависимости от образа жизни и от тех привычек, которые он приобретает. К сожалению, есть ряд вредных привычек, которые человек может приобрести еще в школьном возрасте, а избавиться пытается в течение всей жизни и не всегда успешно. Эти привычки серьезно вредят здоровью. Они способствуют быстрому ухудшению состояния здоровья человека, преждевременному старению его организма и приобретению тяжелых заболеваний.

Актуальность темы работы заключается в том, что в настоящее время среди основных тенденций, характеризующих наркологическую ситуацию в России, наибольшую тревогу вызывает неуклонное омоложение потребителей психоактивных веществ. Все больше фиксируется случаев, когда первая проба наркотических и других психоактивных веществ (ПАВ) приходится на возраст 6-10 лет.

Невозможно обойти вниманием такие важные проблемы, связанные со здоровьем младших школьников, как риск курения, злоупотребления алкоголем, употребления наркотических средств. Эти явления, получившие название «вредные привычки», широко распространены сегодня в молодежной среде и оказывают огромное влияние на жизнь детей любой возрастной группы.

Вопросы о возникновении вредных привычек в младшем школьном возрасте рассматривали с разных позиций М. М. Безруких [5], А. Г. Макеева [25], Т. А. Филиппова [5], Н. А. Гусева [10], Т. Б. Гречаная [33], Л. Ю. Иванова [33], Л. С. Колесова [33], Л. П. Николаева [30], М. Б. Левин и Б. М. Левин [24], В. М. Ялтонский [35], Н. А. Сирота [35] и другие. В их работах приведен анализ необходимых навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков; методики определения уровня риска

возможного возникновения наркотизма, пути коррекции негативных результатов и рекомендации по работе с детьми и их родителями.

Образовательные учреждения, как и многие другие, обладают рядом возможностей для проведения профилактической работы, в частности имеют огромное влияние на формирование и развитие личности ребенка. Доступ к семье ребенка, квалифицированными педагогическими кадрами, которые совместно со всеми субъектами профилактики, способны обеспечить ведение эффективной профилактической работы, и, несмотря на это, школа не вносит коррективы в образовательный процесс с учетом реального уровня риска омоложения потребителей психоактивных веществ.

В связи с изложенным, проблема исследования формулируется следующим образом: «Как организовать дополнительную работу со школьниками для того, чтобы минимизировать риск употребления психоактивных веществ».

В рамках решения данной проблемы тема выпускной квалификационной работы сформулирована следующим образом: «Минимизация риска употребления психоактивных веществ младшими школьниками посредством комплекса занятий «Профилактика вредных привычек»».

*Цель исследования:* разработать комплекс занятий «Профилактика вредных привычек» во внеурочной деятельности для минимизации риска употребления ПАВ младшими школьниками.

*Объект исследования:* процесс минимизации риска употребления ПАВ младшими школьниками.

*Предмет исследования:* комплекс занятий «Профилактика вредных привычек», направленный на минимизацию риска употребления ПАВ младшими школьниками.

*Гипотеза исследования:* уровень риска употребления психоактивных веществ младшими школьниками определяется информированностью о ПАВ и последствиях их употребления, пониманием школьником негативного влияния ПАВ на жизненно важные качества человека и наличием возможной

силы противодействия употреблению ПАВ. Его можно понизить с помощью комплекса занятий, направленного на повышение уровня информированности младших школьников о последствиях пассивного курения, ценностной ориентации на здоровье и внушение вреда от пробы неизвестного вещества.

*Задачи исследования:*

- 1) Изучить и проанализировать психолого-педагогическую и физиологическую литературу по затронутой проблеме.
- 2) Подобрать адекватные методики для изучения уровня риска возникновения вредных привычек у младших школьников.
- 3) Выявить уровень риска возникновения вредных привычек у младших школьников.
- 4) Разработать комплекс занятий для минимизации риска возникновения вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ.

*Исследование осуществлялось в несколько этапов:*

На первом этапе (2015г.) был проведен анализ психологической, педагогической и физиологической литературы по проблеме исследования, подобраны методики выявления уровня риска употребления ПАВ младшими школьниками.

Вторым этапом (2016г.) было проведение констатирующего эксперимента, в ходе которого выявлялся актуальный уровень риска употребления ПАВ младшими школьниками.

Завершающим этапом (2016–2017г.) стала разработка комплекса занятий по минимизации риска употребления ПАВ младшими школьниками.

*Экспериментальная база:* МБОУ СШ № 31 Ленинского района г. Красноярска.



# **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**

Здоровье школьников является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. В соответствии с федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики. Важнейшая социальная задача – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии обучающихся. Охрана здоровья включает в себя «профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их аналогов и других одурманивающих веществ» [41].

Большое значение в возникновении положительного отношения к здоровому образу жизни имеют привычки. Привычки являются формой нашего поведения в жизни.

Полезные привычки способствуют становлению гармонически развитой личности, вредные, наоборот, тормозят ее развитие [31].

Полезными привычками принято считать склонность к систематическому увеличению знаний, к занятиям физической активностью, а также к таким формам проведения свободного времени, как чтение, посещение театров и кинотеатров, прослушивание музыки и т.д. Все эти формы времяпрепровождения расширяют кругозор человека, делают жизнь интереснее, способствуют самосовершенствованию и делают акцент на здоровый образ жизни. Устоявшиеся привычки к адекватно организованному распорядку дня помогают сохранять хорошую работоспособность в течение учебного года.

Впрочем, в период обучения в школе возникает немало и вредных привычек, к которым можно зачислить иррациональный режим дня и эпизодическую подготовку к занятиям. Но наиболее пагубными для здоровья привычками являются курение и злоупотребление спиртными напитками. Эти привычки способны в будущем испортить жизнь человека.

Вредные привычки представляют ряд действий, несущий вред здоровью человека и окружающим его людям. Наиболее психологически уязвимым к воздействию вредных привычек является организм детей, в частности младших школьников. Курение, алкоголизм и наркомания отрицательно влияют на здоровье человека и получили название «психоактивные вещества».

Психоактивные вещества (ПАВ) - это химические и фармакологические средства, которые «при потреблении воздействуют на психические процессы, например, когнитивную или аффективную сферы» [35].

Основоположник детской медицинской психологии в России Д. Н. Исаев определяет психоактивное вещество, как «вещество, употребление которого вызывает привлекательное психическое состояние, а при систематическом употреблении - психическую или физическую зависимость» [15].

Психоактивные вещества - совокупность наркотических и ненаркотических (токсикоманических) средств, применяемых для изменения психического состояния и способных привести к развитию зависимости (наркомании или токсикомании). Поражают преимущественно центральную нервную систему (ЦНС), непосредственно затрагивают функции мозга, в результате временного изменения в восприятии, настроении, сознании и поведении [29].

Важной характеристикой употребления ПАВ является присущая им способность вызывать у потребителя привыкание и зависимость.

Понятие «психоактивные вещества» является более широким по сравнению с понятием «наркотики». К психоактивным веществам, кроме

наркотиков, относятся алкоголь, никотин, некоторые токсические вещества (средства бытовой химии, лекарственные средства) [10].

В нашей стране общественно-социальным нормам в связи с употреблением ПАВ свойственно невзыскательное отношении к употреблению алкоголя и табака, в том числе и регулярному, и относительно нетерпимое отношение к употреблению нелегальных наркотиков.

Нельзя не указать, что ожидания и требования к поведению человека со стороны общества зависят от возраста и пола потребителя психоактивных веществ. При употреблении ПАВ женщинами выдвигаются более суровые границы. Употребление алкоголя, табака, и других психоактивных веществ детьми и подростками считается недопустимым. Таким образом, существуют как бы двойные стандарты: «для женщин и мужчин», «для детей и взрослых» [10]. Дети не могут не замечать этого, и поэтому, раннее курение и употребление алкогольных напитков в подростковом возрасте означает «взрослость» в их глазах, которая является стремлением к самостоятельности [3].

Специалисты Всемирной организации здравоохранения отмечают, что употребление психоактивных веществ может быть нормальным, контролируемым и отклоняющимся от норм в ситуациях распространения и употребления наркотических средств, что называется злоупотреблением [36].

В последнее время в тесной связи со злоупотреблением психоактивных веществ используется термин «наркотизация», который представляет негативное социальное явление, включающее в себя употребление различных психоактивных веществ [37].

Традиционно специалисты выделяют три группы факторов риска, которые могут повышать вероятность раннего приобщения школьника к алкоголю или курению: биологические факторы, характерологические особенности ребенка и особенности семейного воспитания [5].

Первая группа - **биологические факторы**. По настоящее время учеными и специалистами не доказано, существует ли генетическая предрасположенность к употреблению спиртных напитков. Давно замечено, что в семьях родителями, которые пьют, дети намного чаще приобщаются к пагубной привычке. Но на вопрос «Есть ли ген алкоголизма?» ответа еще нет, так как пристрастие детей к алкоголю может быть следствием домашнего воспитания, которое в пьющих семьях нельзя назвать примерным.

В настоящее время точно известно, что существует генетически обусловленное нарушение, при котором в организме человека вырабатывается недостаточное количество эндорфинов - группа химических соединений, которые естественным путём вырабатываются в нейронах головного мозга и обладают способностью уменьшать боль, и влиять на эмоциональное состояние (возникновение у человека положительных ощущений) [6]. Люди с этим нарушением неосознанно ищут способ восполнить недостаток эндорфинов, нередко путем употребления никотина, алкоголя и наркотических веществ. В этом случае даже единственная проба психоактивного вещества очень опасна, так как зависимость от химического стимулятора формируется чрезвычайно быстро. Поэтому, если в роду у ребенка были люди, страдающие алкоголизмом, родителям нужно быть очень внимательными. Опасность знакомства с алкоголем у такого ребенка многократно возрастает. Исключительно велико в таких случаях значение занятий спортом, закаливание, повышающих общий тонус организма и стимулирующих образование эндорфинов.

К биологическим факторам риска раннего приобщения к курению и алкоголю относят и разные нарушения внутриутробного (пренатального) и раннего послеродового (постнатального) развития ребенка. Другими словами: «токсикозы, инфекционные заболевания, перенесенные матерью во время беременности, трудные роды, ставшие причиной травмы новорожденного, — все это может сыграть негативную роль в дальнейшем» [5].

Эти события часто накладывают след на развитие организма ребенка, становясь причиной разных функциональных отклонений. Это, в свой черед, способствует формированию ощущения физиологического дискомфорта, и, став взрослым, человек может использовать химические стимуляторы для снятия этого дискомфорта.

Нарушения нервной системы ребенка имеют особое значение. Дети с нарушениями в развитии нервной системы нуждаются в помощи специалиста, вовремя проведенное лечение нередко целиком устраняет проблему, а без квалифицированного вмешательства эти нарушения способны стать причиной школьной неуспеваемости и девиантного (неадекватного) поведения. Такие дети испытывают потребность во внешней стимуляции, стабилизации своего внутреннего состояния, а значит, велик риск их раннего приобщения к курению, алкоголю и наркотикам.

Вторая группа - **особенности характера ребенка**. В данном случае речь идет об акцентуации характера. Психологи определяют акцентуацию как чрезмерное заострение некоторых личностных черт [3]. Она не является признаком патологии, но требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, потому что в подростковом возрасте акцентуированные черты могут стать причиной приобщения к вредным привычкам. В свою очередь особое внимание требуют дети с неустойчивым типом акцентуации характера. «Безволие представителей этого типа отчетливо выступает, когда дело касается учебы, труда, исполнения обязанностей и долга, достижения целей, которые ставят перед ними родные, старшие, общество. Однако в поиске развлечений они также не обнаруживают напористости, а скорее плывут по течению» [38]. У детей отмечаются быстрые перепады настроения, ярко выражена жажда развлечений, поиск новых ощущений. Поэтому такие дети легко идут на «эксперименты» с алкоголем, рано приобщаются к курению. Эффект измененного состояния, возникающий при этом, для них очень привлекателен.



Внимания требуют и дети с истероидным типом акцентуации. «Его главная черта - беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе - восхищения, удивления, почитания, сочувствия. Предпочтительны даже негодование или ненависть, направленные в его адрес, но только не равнодушие - только не перспектива остаться незамеченным» [38]. Ради популярности они готовы совершать даже те поступки, которые в душе не одобряют. Поэтому они могут использовать алкоголь, курить не из-за того, что им это нравится, а для того, чтобы завоевать авторитет, подчеркнуть свою значимость, особенность, «взрослость». Также дети с истероидными чертами очень подвержены внешнему влиянию (внушаемости), поэтому они легко соглашаются на предложение попробовать алкоголь, закурить, лишь бы не выглядеть в глазах окружающих «маленькими», «смешными».

Говоря о биологических и психологических факторах риска, нужно понимать, что они могут лишь потенциально способствовать приобщению к алкоголю, курению или наркотикам. Реализуется ли этот потенциал - зависит от взрослых, окружающих ребенка. Если они сумеют научить ребенка регулировать свое состояние, удовлетворять потребность в получении удовольствия за счет разнообразных источников, не разрушающих его физическое и психическое здоровье, то приобщение к психоактивным веществам ему не угрожает.

Отношение к психоактивным веществам и сформировавшаяся готовность вести себя определенным образом в ситуациях, связанных с употреблением психоактивных веществ можно определить как «установка к употреблению ПАВ». Иными словами термин «установка в отношении употребления психоактивного вещества» позволяет обозначить комплекс индивидуально-психологических особенностей, определяющих поведение в ситуации, связанной с употреблением психоактивного вещества [10].

А.Г. Макеева выделила в структуре установки в ситуации употребления психоактивных веществ такие компоненты: информационный, оценочный и поведенческий [26].

Третья группа - **особенности воспитания в семье**. Есть мнение о том, что у детей из неполных семей риск формирования вредных привычек выше, там, где есть только одна мама (или реже отец). На самом деле, состав семьи не имеет большого значения. Как показывают исследования, среди тех, кто уже в младшем школьном возрасте имеет опыт употребления алкоголя, практически поровну детей из полных и неполных семей [5]. Гораздо большее значение имеет атмосфера, складывающаяся в семье, наличие или отсутствие эмоциональной близости и доверия между детьми и взрослыми.

Очень опасно воспитание по типу гипоопеки (недостатка внимания и заботы). При этом дети обычно не контролируются взрослыми, оказываются предоставленными сами себе. Причины гипоопеки могут быть разные: пренебрежение родителей своими обязанностями и постоянные конфликты между родителями. Самая часто встречаемая причина гипоопеки — большая загруженность родителей на работе, когда на общение с детьми почти не остается времени. Но опасен и прямо противоположный тип воспитания - гиперопека. В этом случае ребенка с раннего детства опекают, контролируют буквально каждый его шаг, не давая возможности проявить самостоятельность. В результате ребенок не получает собственного опыта преодоления трудностей, борьбы с неудачами, побед над собой. Привыкнув к постоянному контролю со стороны окружающих, дети легко подчиняются любому внешнему давлению. Они просто не могут отказаться — ведь этому их не научили.

## **1.2. Психофизиологические особенности младшего школьника и влияние вредных привычек на них**

Поступление в школу подводит итог дошкольному детству и является стартовой площадкой младшего школьного возраста (7 - 11/12 лет), что соответствует обучению ребенка в начальных классах [47].

В. А. Сухомлинский писал, что в начальной школе происходит становление человека. Наиболее интенсивный отрезок человеческой жизни приходится именно на это время. «Ребенок в этот период обязан не только готовиться к дальнейшему учению, накапливать багаж знаний и умений, чтобы успешно учиться дальше. Он должен жить богатой духовной жизнью. Годы обучения в начальных классах - это целый период нравственного, интеллектуального, эмоционального, физического, эстетического развития, которое будет реальным делом, а не пустым разговором лишь в том случае, когда ребенок живет богатой жизнью сегодня, а не только готовится к овладению знаниями завтра» [39].

Важнейшим изменением в жизни ребёнка является поступление в школу, так как сразу меняется весь уклад его жизни: социальное положение в семье и обществе. Школьник включается в новый для него коллектив, в котором он будет учиться и развиваться 11 лет.

В младшем школьном возрасте происходит развитие психофизиологических характеристик ребенка, которые необходимо учитывать в процессе воспитания (в том числе и при организации педагогической профилактики наркотизации) [5].

Причины нарушения развития ребенка в младшем школьном возрасте Э. Эриксон указывает следующее: «Развитие многих детей нарушается, когда семейной жизни не удалось подготовить ребенка к жизни школьной, или когда школьная жизнь не подтверждает надежды ранних стадий» [50]. Так же к ним можно отнести главные психофизиологические процессы данного периода: кризис 7 лет, образование нового ведущего вида деятельности, особенности психологии и физиологии младшего школьника. Остановимся подробнее на каждой из этих характеристик.

Л. С. Выготский утверждал, что начало школьного возраста, характеризуется критичным и напряженным периодом, который описан в литературе термином «кризис семи лет» [44]. В этот период выражается то, что Л.С. Выготский назвал «обобщением переживаний». Цепь неудач или успехов в учебе и общении приводит к возникновению устойчивого аффективного комплекса - чувства неполноценности, унижения, оскорбленного достоинства или чувства собственной значимости, грамотности и исключительности.

По этому поводу Л. С. Выготский писал, что в возрасте поступления детей в школу возникает такая структура переживаний, когда ребенок начинает понимать, что значит "я радуюсь", "я огорчен", "я сердит", "я добрый", "я злой", то есть у него возникает осмысление в собственных переживаниях. В связи с этим проявляются некоторые особенности, которые характеризуют кризис семи лет. Переживания приобретают смысл (веселый ребенок понимает, что он радуется), благодаря этому у него возникает такое новое восприятие себя, которое было невозможно до обобщения переживаний. Из чего следует, что характер переживаний ребенка к 7 годам перестраивается [44].

Так как дети стали более осмысленные в своих эмоциях и переживаниях, они более полно и глубоко анализируют информацию, если она эмоционально привлекательна для них, а, следовательно, любой образовательной и воспитательной цели легче достичь, если она будет эмоционально значима для детей и сможет их увлечь [5].

В этот период для ребёнка важно делать всё самому, без помощи взрослых. Он пытается показать окружающим то, что уже входит во взрослую жизнь и может быть самостоятельным.

Основными формами помощи ребенку в переживании трудностей периода кризиса семи лет является разъяснение оснований причин для требований (почему надо делать так, а не иначе), предоставление возможностей самостоятельно осуществлять новые формы деятельности,

напоминание о необходимости выполнения поручения и выражение уверенности в способностях ребенка справиться с ним. [47].

В связи с поступлением в школу у ребёнка изменяется ведущий вид деятельности. На смену игре постепенно приходит учение. Ребенок включается в учебную деятельность как наиболее значимую для него. Следовательно, в младшем школьном возрасте становится ведущей учебная деятельность.

С изменением ведущей деятельности ребёнка изменяются и его психические особенности: память, внимание, восприятие.

*В когнитивной сфере* школьника изменяется характер работы его памяти в связи с влиянием выполняемой им деятельности. Основным видом памяти становится произвольная и формируется осмысленность. Дети непроизвольно запоминают материал, преподнесенный им в игровой форме, с помощью ярких наглядных пособий, вызывающий у них интерес, или образов, легких для воспоминания. Но, в отличие от предыдущего этапа развития (дошкольного возраста), учащиеся уже способны произвольно и с определенной целью запоминать материал, который для них не интересен [21].

Процесс обучения невозможен без достаточной сформированности такой психической функции, как внимание. Учитель заостряет внимание учеников в классе на учебном материале, удерживает его длительное время, переключает с одного вида работы на другой. Младшие школьники более внимательны по сравнению с дошкольниками. Они уже способны фиксировать своё внимание на неинтересных для них действиях, но непроизвольное внимание все еще у них преобладает, что затрудняет учебную и внеучебную деятельность школьников. Внешние впечатления для учеников – это сильный отвлекающий фактор; им трудно сосредоточиться на непонятном и трудном для них материале. Внимание их характеризуется небольшим объемом и малой устойчивостью - они могут сосредоточенно заниматься одним делом в течение 10 - 20 минут. Когда



нейрофизиологические механизмы внимания, в особенности произвольного, достигают значительной зрелости (к 3 - 4 классам), все показатели внимания улучшаются: возрастает объем внимания и его устойчивость [23].

Восприятие из процесса узнавания, различения, опирающегося на очевидные признаки, становится деятельностью наблюдения. Наблюдение с самого начала происходит под руководством учителя, который ставит задачу обследования предметов и явлений, обращает внимание на их главные и второстепенные признаки, знакомит школьников с правилами восприятия, обучает способами оформления результатов наблюдений в виде записей, рисунков и схем. Восприятие в следствие становится синтезирующим и устанавливающим связи, преднамеренным и целенаправленным наблюдением за объектами [47].

*В личностной сфере* можно выделить такие показатели как: накопление эмоционального опыта в условиях школьного образования, продолжение сроков развития социальных эмоций, возникновение эмоциональной зависимости от взаимоотношений с учителем и одноклассниками; *расширение мотивационной сферы*, где проявляются мотивы учения, стремления к превосходству и самоутверждения, мотивация достижения успеха и избегания неудач; самооценка включает познавательный компонент оценки знаний о себе и эмоциональный - оценки отношения себя к себе, характеризуется неустойчивостью; становление таких волевых качеств, как целенаправленность, настойчивость, самоконтроль и др.

*В социальной сфере* происходит закрепление норм нравственности поведения в связи с правилами школьной жизни; повышение грамотности на уроках в социальных отношениях жизни, происходящих в магазине, общественном транспорте, в кинотеатре и театре, на улице и т.п.; закрепление навыков самообслуживания; осознание и принятие нового положения - статуса ученика школы; ориентированное общение на решение учебных задач со взрослыми и сверстниками; сохранение игровой и творческих видов деятельности на уроках и внеклассных мероприятиях.

*В двигательной сфере* школьника происходит сохранение потребности в активных движениях, и они приобретают пик своего развития: у мальчиков объем активности достигает 18,5 км., а у девочек – 14,5 км [53]. Происходит совершенствование умений и навыков крупной моторики в условиях школьной деятельности на уроках физической культуры, а также мелкой моторики при выполнении творческих видов деятельности и письменных работ на других уроках.

Младший школьный возраст - один из самых важных периодов в росте и развитии организма. Рассмотрим основные особенности физиологии младшего школьника с нескольких позиций: рост и физическое развитие (скорость роста, зубы, скелетно-мышечная система, работоспособность), метаболизм и вегетативные функции (обменные процессы, вегетативные системы, согласованность функционирования систем энергообеспечения, формирование произвольных движений).

*Рост и физическое развитие.* Увеличение длины и массы тела происходит таким образом, что ребенок «вытягивается», продолжает снижаться относительное содержание подкожного жира. Отчетливо начинают проявляться индивидуальные особенности телосложения ребенка.

Продолжается смена молочных зубов на постоянные.

Костная система младшего школьника ещё находится в стадии формирования - окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей ещё не завершено, в костной системе ещё много хрящевой ткани. Поэтому важно следить за тем, как дети сидят на уроках: следует следить за выпрямлением туловища, поднятой головой и распрямлением плеч.

Процесс окостенения кисти и пальцев в младшем школьном возрасте также ещё не заканчивается полностью, поэтому мелкие и точные движения пальцев и кисти руки являются затруднительными и утомительными для детей.

Динамика работоспособности в младшем школьном возрасте является показателем возрастающей надежности функционирования организма ребенка. Так, на возраст 8 - 9 лет приходится максимум игровой двигательной активности детей. На перемене школьники компенсируют вынужденную неподвижность на уроках, вследствие их физиологических потребностей.

*Метаболизм и вегетативные функции.* На школьный возраст 8 - 9 лет приходятся важные преобразования функций пищеварительной системы, прежде всего механизмов регуляции желудка и печени. Несоблюдение режима питания, нарушение ведущих правил при выборе продуктов и их приготовлении - все это может привести к хроническим заболеваниям желудочно-кишечного тракта.

Для младших школьников характерна высокая потребность в кислороде не только для мышечной ткани в связи с повышенной двигательной активностью, но и для тканей внутренних органов и мозга. Мозг ребенка в этом возрасте примерно в 2 раза интенсивнее потребляет кислород, чем мозг взрослого, что обеспечивается должным кровоснабжением. Также у детей выше интенсивность окислительных процессов в печени, желудочно-кишечном тракте, почках и других органах.

Возраст 7 - 10 лет является новым этапом в формировании акта ходьбы, где показатели структуры шага близки к показателям взрослых.

Происходит функциональное совершенствование мозга - развивается аналитико-синтетическая функция коры головного мозга; систематически меняется соотношение процессов возбуждения и торможения: процесс торможения становится более сильным, хотя всё ещё преобладает процесс возбуждения, и младшие школьники в высокой степени возбудимы и импульсивны [4].

Вредные привычки человека препятствуют нормальному развитию организма и психической системы, мешают осуществлять в течении жизни свои возможности и достигать поставленные цели.

Реакция детского организма на первую пробу **табака** показана на сердечно - сосудистой (побледнение кожных покровов), нервной системе (тошнота, головокружение, слабость мышц) и органов пищеварения (рвота) [52]. Сразу же после употребления никотина человек испытывает чувство тревоги, а затем наступает релаксация. Происходит увеличение частоты сердечных сокращений и временное повышение кровяного давления, иногда возникает головокружение, тошнота и понижение аппетита.

Процесс курения заключается в том, что через подождённый и медленно тлеющий табак вбирается воздух. Содержащийся кислород во вдыхаемом с дымом воздухе, проходя через тлеющий табак, увеличивает его горение, и продукты сублимации вместе с оставшейся частью воздуха поступают в лёгкие.

В табачном дыме наибольшее значение имеют такие вещества как аммиак; оксид углерода; канцерогенные углеводороды, способствующие возникновению злокачественных опухолей. Доказано наличие в табачном дыме и радиоактивного элемента - полония.

Распространен миф, что сигаретные фильтры задерживают вредные вещества возгонки и в организм почти ничего не попадает, в то время, как они препятствуют проникновению только не более 20% вредных веществ, всё оставшееся попадает в легкие и разносится по организму человека.

Температура табачного дыма обычно достигает 55-60°C, при вдыхании воздуха в ротовую полость, дым попадает в легкие, при этом температура воздуха на 40°C меньше температуры дыма, в связи с этим перепад температуры отражается на зубной эмали, слизистых оболочках полости рта и носоглотки. Следовательно, курение в течение длительного времени может привести к заболеваниям. Разрушительное воздействие табака начинается с ротовой полости. В первую очередь страдает зубная эмаль, на ней образуются микроскопические трещинки, зарождается кариес, на зубах оседает дёготь, они чернеют, издают специфический запах. Табачный дым

раздражает слюнные железы, из-за чего усиливается выделение слюны. При проглатывании слюны ядовитые вещества из табачного дыма (анилин, сероводород и др.) переходят в неё и действуют на слизистую оболочку желудка, развивая такие болезни как гастрит, язвенная болезнь и рак.

Воздействие табака на растущий организм является серьезной проблемой педиатрии. Установлена достоверная корреляционная связь курения с наличием у детей одышки, кашля, выделения мокроты; такие дети чаще пропускают школьные занятия из-за плохого самочувствия. Даже однократное выкуривание сигареты вызывает у школьников функциональные изменения в легких, в частности снижает способность легких и грудной клетки к расширению [12]. Уменьшается проходимость воздухоносных путей - бронхов, так как под воздействием никотина увеличивается количество образования слизи в бронхиальном дереве, вследствие чего появляется кашель и затрудненное шумное дыхание., а Наличие в табачном дыме радиоактивных примесей и смол ведет к образованию злокачественных опухолей и уменьшению жизненной ёмкости легких. Наличие дегтя в дыме окрашивает легкие в темно-коричневый цвет. Ввиду этого, раннее курение не может не сказаться на состоянии школьника на уроках физкультуры или при занятиях спортом, на его спортивных результатах.

Курение табака является одним из факторов риска развития гипертонической болезни, ишемической болезни сердца и мозгового инсульта в связи с вызыванием спазмов сосудов никотином.

Курение в будущем снижает функцию половой активности у мужчин и женщин. У беременных женщин нарушается снабжение плода питательными веществами и кислородом.

Курение табака вызывает нарушения деятельности головного мозга, что влечет за собой тяжелое расстройство центральной нервной системы (ЦНС). У курильщиков часто бывают головные боли, головокружения, снижается



память, ослабевает внимание; происходит изменения в мышлении, слухе, зрении, координации движений. Усиливается бессонница, снижается чувство голода и массы тела, происходит расслабление скелетной мускулатуры, появляется тремор рук [48].

Согласно данным ВОЗ около 90 - 95% случаев рака легких, 45 - 50% случаев всех видов рака в целом и 20 - 25% случаев сердечно-сосудистых заболеваний вызвано курением. Сейчас на Земле насчитывается около 1,2 миллиардов курильщиков, и каждый второй, если не бросит курить, потеряет около 8 лет жизни. Выявлена тесная связь между курением и хронической обструктивной болезнью легких (ХОБЛ). Заболеваемость ХОБЛ постоянно растет; в России ХОБЛ болеют более 11 миллионов человек. ХОБЛ занимает четвертое место в структуре смертности населения земного шара (на первом месте – болезни сердца, на втором – рак легких, на третьем – болезни сосудов мозга) [1].

Курение наносит вред не только курящим людям, но и тем, кто находится рядом с ними. Пассивное курение ведет к гиперреактивности бронхов ребенка, что служит предпосылкой для развития заболеваний, протекающих с синдромом обструкции бронхов (обструктивный бронхит, бронхиальная астма, бронхиолит). Дети, подвергающиеся воздействию табачного дыма, чаще и тяжелее болеют респираторными заболеваниями, имеют более высокий риск развития среднего отита. Установлена тесная связь между загрязнением воздуха табачным дымом от курящих родителей и развитием у детей хронического кашля. По сравнению с теми, кто не попал под опасное воздействие табачного дыма, у пассивных курильщиков на 30 - 35% возрастает риск развития рака легких и на 25% - возникновения коронарной болезни сердца. По данным ВОЗ, от заболеваний, связанных с пассивным курением, ежегодно погибает около 600 000 человек [1].

Никотиновая зависимость наступает очень быстро, и человек, который начал курить, особенно ребенок, будет продолжать получать дозы никотина в течение длительного времени [16].

Положительное отношение детей к **алкоголю** формируется в раннем возрасте, что не может отрицательно повлиять на процесс формирования и развития личности ребенка. Маленькие дети, сидя со взрослыми за праздничным столом, наблюдают, а нередко и участвуют в праздничном застолье. Этот факт свидетельствует о безответственном отношении родителей к тому, что дети в этой ситуации усваивают алкогольные традиции взрослых. Маленькие дети всегда подражают взрослым, в особенности своим родителям, как самым близким и авторитетным людям. В семьях, где употребление напитков, содержащих алкоголь, по праздникам еще не перешло в пьянство, дети воспринимают праздничное застолье с принятием алкоголя как естественное, даже обязательное явление. Об этом свидетельствуют сюжеты детских игр, имитирующих поведение взрослых за праздничным столом [20]. Например, разлитие воды в одноразовые стаканчики и чоканье ими имитирует тост за праздничным столом в домашних условиях.

Следует вывод, что появление уважительного отношения к алкоголю как к части любого праздника начинается с самого раннего возраста.

Влияние алкоголя на людей может отражаться по-разному. Всё зависит от того, сколько и за какое время принято алкоголя; зависит от возраста и пола человека, размеров его тела, состояния здоровья, веса и питания; имеет значение, принимается ли алкоголь до еды или вместе с пищей, до или после тяжелой физической нагрузки. Дети и женщины более предрасположены влиянию алкоголя, чем взрослые мужчины.

Алкоголь быстро разносится кровью, попадая в организм ребенка, и собирается в мозгу. В связи с повышенной рефлекторной возбудимостью даже небольшая доза алкоголя вызывает у детей ответную реакцию и

тяжёлые симптомы отравления. Немедленное воздействие алкоголя вызывает опьянение, сопровождающееся эйфорией и повышенным настроением. Но существуют и другие формы опьянения: от повышения возбуждения и агрессивности до повышения слезливости, чувства отчаянья и т. д [19]. Приём спиртных напитков в больших количествах может сопровождаться нарушениями координации и зрения, бессвязной речью; человек не способен к адекватным действиям, нарушается память. Чрезмерное употребление алкоголя в течение короткого периода времени может вызывать головную боль, тошноту, рвоту и потерю сознания.

При регулярном поступлении алкоголя в детский организм страдает нервная система и пищеварительная, а также зрение и сердце. С алкогольной нагрузкой не справляется и печень. Страдают органы внутренней секреции, такие как щитовидная железа, гипофиз и надпочечники. На фоне алкогольной интоксикации у пристрастившихся к спиртным напиткам в результате может развиваться сахарный диабет, нарушение половых функций и т.д. Особенно ранима нервная система, головной мозг ребёнка [27].

Употребление алкоголя с младшего школьного возраста создаёт соответствующий климат для возникновения и развития многих болезней. Систематическое употребление алкоголя в больших количествах и продолжительный период времени приводит к потере аппетита (и заболеваниям желудочно-кишечного тракта), изменению кожных покровов, нарушению работы печени головного мозга и других органов [20].

Особенность алкоголизма в том, что оно предопределяет взаимосвязанные с ним другие социальные отклонения: преступность, правонарушения, социальный паразитизм, аморальное поведение, самоубийства:

- в газете Комсомольская правда описан случай, когда в Санкт -

Петербурге 14-летний школьник пришел пьяный в школу на уроки, учитель заметил странное поведение и вызвал скорую помощь, которая доставила ребенка в больницу;

- в той же газете описан случай в Твери, когда пьяный школьник 15 - 16 лет устроил бесчинство на детской площадке в то время, когда там находились маленькие дети;

- в газете Городские новости описан случай, как двое подростков из Красноярска 14 и 15 лет в состоянии алкогольного опьянения совершили убийство с отягчающими обстоятельствами;

- в СарИнформ говорится, что 13-летнего мальчика в Саратове доставили в больницу с алкогольным опьянением после празднования дня рождения друга.

О детском алкоголизме можно говорить тогда, когда его признаки проявляются до достижения ребенком возраста 18 лет.

У детей алкоголизм, в отличие от взрослых, имеет ряд характерных особенностей:

- Быстрое привыкание к спиртосодержащим напиткам из-за анатомо-физиологического строения детского организма. Мозговая ткань ребенка, по сравнению со взрослой, богаче водой и беднее белком. В воде алкоголь лучше растворяется и усваивается организмом, и только 7% выводится легкими и почками. Оставшиеся 93% оказывают пагубное действие на все органы и системы, вызывая быстрое привыкание.

- Злокачественное течение болезни, потому что детский организм находится только на стадии формирования, из-за чего устойчивость нервной системы к действию алкоголя снижена.

- Принятие ребенком больших доз алкоголя связано с тем, что это не одобряется обществом, поэтому, как правило, дети пьют тайком, без закуски, принимая всю дозировку сразу [14].

Отправной точкой непреднамеренной пробы ребенком **наркотиков** может стать его некритичное отношение к пробе неизвестного вещества [10].

Основной возраст первого знакомства с наркотиками приходится на 11 - 14 лет (41%) и 15 - 17 лет (51%) [49].

Существует несколько видов наркотиков: опиаты, каннабиолы, психостимуляторы, седативно - снотворные средства, галлюциногены [43]. Все наркотики, независимо от пути введения в организм, в разной степени обязательно повреждают и нервную систему вместе с головным мозгом, и иммунную систему, а также печень, сердце и легкие.

Опиатные наркотики вводятся внутривенно, в следствие чего высок риск заражения серьёзными заболеваниями, такими как СПИД, сифилис и гепатитами, что может привести к тяжёлым осложнениям. Примером такого ущерба может служить печеночная недостаточность и рак печени; снижение сопротивляемости заболеваниям и природного иммунитета, развитие гнойно-инфекционных осложнений - сепсис, тромбозы, флегмоны, воспаление легких и др.; гипертермическая реакция - «тряска»; энцефалопатия (поражение головного мозга); заболевания костной и зубной тканей [28].

Употребление каннабиолов приводит к уменьшению познавательных способностей человека. Даже при малых дозах ухудшается память, особенно оперативная (кратковременная), столь важная для учебного процесса. У людей, курящих марихуану, лёгкие приходят, серьёзно поражается печень, сердце, происходит непонимание поставленных задач и целей, ослабевает внимание, трудно сосредоточиться. Исчезает потребность в коммуникации с другими людьми. В следствие весёлый и энергичный человек становится апатичным, вялым, медленно соображающим, тревожащимся по незначительным поводам, тягостным для себя и близких [43].

Психостимуляторы (кокаин, метамфетамин, амфетамин) резко усиливают обмен веществ в головном мозге, увеличивают частоту сердечных сокращений и повышают артериальное давление. При этом



энергия, необходимая для жизненных систем, черпается из резервных запасов организма. Сами же резервы при употреблении психостимуляторов не успевают восстанавливаться. Происходит снижение жизненных ресурсов организма. Страдает сердечно-сосудистая система - возникает аритмия, возможна смерть от остановки сердца, инфаркт миокарда, развиваются тяжелые депрессии, достигающие степени психоза.

При употреблении галлюциногенов те же осложнения, что и при употреблении препаратов из конопли, за исключением поражения легких, так как эти препараты не курят.

Спектр повреждающего действия снотворно-седативных веществ таков: «мозг–печень–сердце», стойкая и длительная бессонница, специфическое повреждение головного мозга (энцефалопатия), галлюцинации, повреждение сердечно-сосудистой системы, судорожные припадки и суицидальные попытки [28].

Итак, вредные привычки имеют медицинские и социально-психологические последствия для самого человека и его будущего потомства, они наносят вред семье, государству, обществу.

По данным Организации объединенных наций (ООН), наша страна — одна из лидеров по количеству наркозависимых, уступая первенство лишь Ирану и Афганистану [34].

Нельзя не согласиться с тем, что профилактика должна быть важным компонентом в современном подходе к решению проблемы злоупотребления различными психоактивными веществами.

### **1.3 Способы улучшения показателей сформированности вредных привычек и формы организации работы**

В Федеральном законе Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» в ст. 4 обозначены главные принципы охраны здоровья, среди которых подчеркивается важное место приоритета охраны здоровья детей; в ст. 12

данного нормативного акта среди приоритетов профилактики в сфере охраны здоровья выделяется разработка и реализация программ формирования здорового образа жизни, в том числе программ уменьшения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ [42].

Профилактическая работа с детьми младшего школьного возраста по предупреждению курения табака, принятия алкоголя и употребления наркотиков имеет свою отличительную черту, которая определяется организацией обучения в начальной школе и психологическими особенностями младших школьников. Следовательно, зная психологические и физиологические особенности детей, условия их жизни, владея педагогическими навыками и имея необходимые валеологические знания, учитель может и должен быть основным «воспитателем здоровья» ребенка.

Здоровье – центральное звено работоспособности и гармоничного развития человеческого организма, а особенно. Понятие термина «здоровье» на сегодняшний день рассматривается не только как отсутствие заболеваний, болезненного состояния, физического недостатка, но и состояние полного социального, физического и психического благополучия [7]. Эффективность здоровьесберегающего воспитания в большинстве своём зависит от согласованности усилий и слаженности требований к учащимся семьи, школы и общественности.

Каждый учитель начальных классов может и должен применить максимум знаний и усилий для воспитания здорового школьника.

Первое, необходимо правильно организовать педагогический процесс с гигиенической точки зрения: это необходимая смена напряжения при письме и чтении - физкультминутка, активный отдых на переменах, отдых для глаз, смена различных видов учебной деятельности школьников, ее активизация, грамотное использование наглядных средств обучения с учетом требований гигиены - всё это способствует положительным эмоциям детей. Хорошее настроение облегчает усвоение материала, поэтому уменьшается утомление,

стимулируется нервная деятельность ученика, улучшается психологический настрой в классе. Эти меры связаны с педагогическим мастерством учителя. Учитель, имея знания в области психологии, медицины и гигиены реализует индивидуальный подход к обучению и воспитанию школьников.

Второе, учитель обеспечивает соответствующее гигиеническим требованиям естественное и искусственное освещение классной комнаты, температурного режима.

Третье, зная индивидуальные черты учеников, всегда общаясь с ними, учитель может вовремя увидеть начальные признаки заболевания (вялость, изменение цвета кожи, кашель, ухудшение слуха или зрения и т.п.) и информировать об этом медицинского сотрудника, что будет способствовать раннему и более успешному лечению ребенка.

Наибольшее внимание следует уделить вредным для здоровья привычкам, формирование которых начинает происходить в младшем школьном возрасте. Это употребление алкоголя, наркотиков и чаще всего курение.

Прежде чем человек в действительности познакомится с одурманивающими веществами, у него формируется определенное отношение к этим веществам - установка. Именно установка в дальнейшем способна вызвать «знакомство», имеющее пагубные последствия, или предотвратить его.

Формирование установок, способных впоследствии повлиять на поведение ребенка в отношении употребления психоактивных веществ, происходит очень рано, а именно в 4 - 5 лет. В этом возрасте дети начинают общаться с друзьями, оценивать и регулировать свое поведение, преодолевать первые трудности.

У 5 - 6-летних детей уже есть некоторые знания об одурманивающих веществах, но нередко взрослые думают, что их дети об алкоголе, никотине и тем более о наркотиках ничего не знают [5]. К несчастью, в наше время невозможно оградить детей от подобной информации – её можно увидеть на

улице, по телевидению и в интернете, дети слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих (пусть по праздникам) родителей. Ведь дети еще не способны адекватно оценивать это, поэтому важно дать им нужную установку, знание о том, что «хорошо», а что «плохо», задолго до того, как возникнет опасность реального знакомства ребенка с вредными привычками, необходимо сформировать у него устойчивое негативное отношение к употреблению одурманивающих веществ.

Главным звеном в организации наркопрофилактической работы является пропаганда здорового образа жизни и формирование основ здравотворческой концепции у младших школьников, препятствующих вовлечению их в наркогенную ситуацию [8].

Одним из центральных вопросов является выбор методов и конкретных приемов психолого-педагогического воздействия, связанных с работой по профилактике злоупотребления ПАВ с детьми младшего школьного возраста.

Выбор содержания, форм и методов профилактической работы может определяться принципами в соответствии с разработанными и подготовленными материалами при содействии Управления социально-педагогической поддержки и реабилитации детей Министерства образования Российской Федерации в рамках федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2002-2004 годы»:

- возрастное соответствие содержания, форм и методов возрастным особенностям и возможностям развития детей;
- опережающее воздействие в качестве становления устойчивости к негативному влиянию наркотических веществ должно осуществляться заранее, опережая реальное приобщение ребенка к ним;
- комплексность как необходимость сформировать представление об опасности любых форм употребления психоактивных веществ. Дети должны быть твердо убеждены в том, что нет безопасных форм наркотизации. Любые одурманивающие вещества чрезвычайно опасны для

здоровья;

- альтернатива употреблению наркотических веществ, то есть как без помощи химических стимуляторов можно сделать свою жизнь интересной и счастливой.

- «запретная информация» - исключение сведений, имеющих возможность спровоцировать интерес детей к вредным привычкам, например рассказ о «привлекательных» свойствах одурманивающих веществ и о способах их применения. Не следует обсуждать с детьми те факторы наркотизации, которые неактуальны для их возраста. С детьми нужно говорить только о том, что они уже наблюдали в жизни [5].

Минимизация риска вовлечения ребенка в наркотизацию должна включать как профилактическую работу, так и непосредственно теоретическую и практическую. Это значит, что нужно одновременно проводить профилактику вредных привычек и заболеваний, учить заниматься физическими упражнениями, соблюдать правила гигиены. Форма и место проведения занятий могут быть самыми разнообразными: урок, практическое занятие, экскурсия и наблюдения, игра и театральная постановка. И чем разнообразнее формы работы, тем они эффективнее. Единственное, к чему не следует прибегать в работе с детьми - это нравоучительная беседа.

«Формирование негативного отношения к факторам риска здоровья детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества); становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ» входят в программу формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни ФГОС НОО [40].

### **1.3.1. Учебные предметы**

Предупреждение табакокурения, алкоголизма и наркомании у младших школьников, основанное на объяснении опасных последствий для организма,

осложнено незнанием детьми первоначальных основ из физиологии человека, поэтому у них складывается отрешенное, личностно незаинтересованное отношение к вредным привычкам [2]. В связи с этим на уроках окружающего мира о вреде курения можно говорить многократно. Например, о социальной стороне этого вопроса при усвоении правил поведения в гостях, в транспорте, на улице и в общественных местах; о его медицинской стороне при изучении организма и гигиены - это уроки изучения строения и функционирования нервной системы и мозга, сердца, пищеварения и дыхания.

В учебниках по окружающему миру (А.А. Вахрушев и др.), соответствующих Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования (ФГОС НОО) и являющихся продолжением непрерывного курса и составной частью развивающей образовательной системы «Школа 2100», можно выделить следующие темы, способствующие предупреждению наркотизации младших школьников: «Наши помощники – органы чувств», «Человек в мире людей», «Один дома», «Как устроен организм человека» и др.

В учебниках по окружающему миру «Планета знаний» (Г. Г. Ивченкова и др.), одобренных ФГОС НОО, можно отметить такие темы, как: «Твоё тело», «Будь здоров», «Человек в обществе» и др.

В учебниках по окружающему миру Н. Ф. Виноградовой, соответствующему ФГОС НОО и являющихся частью учебно-методического комплекта (УМК) «Начальная школа 21 века», делим такие темы: «Что такое здоровье», «Как устроен организм человека», «Поговорим о вредных привычках» и др.

В учебниках по окружающему миру Плешакова А. А., являющихся предметной линией учебников системы «Школа России», разработанных в соответствии с ФГОС НОО, можно отметить такие темы, как: «Строение тела человека», «Если хочешь быть здоров», «Мы - зрители и пассажиры» и др.

Мы видим, как мало за весь период обучения в начальной школе уделяется проблеме профилактики вредных привычек у младших школьников на уроках окружающего мира.

Область деятельности, включающая физическую культуру и спорт, выполняет в обществе разнообразные функции и охватывает все возрастные слои населения. Физическая культура является важным фактором здорового образа жизни и определяет поведение человека в учебе, в быту и общении, способствует решению воспитательных и оздоровительных задач. В настоящее время увеличивается роль физической культуры как фактора совершенствования природы человека и общества. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья детей, большинство которых имеет хронические заболевания, часть которых может быть вызвана употреблением психоактивных веществ, причем недостаток двигательной активности усугубляет у них болезни сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем.

Большое количество детей школьного возраста полностью отлучены от занятий физической культурой из-за плохого состояния здоровья. В последние годы началось увеличение построек спортивных сооружений, в том числе физкультурно-спортивной инфраструктуры школьных и детских площадок; увеличивается финансирование; принимаются территориальные законы и программы физического оздоровления населения, идет улучшение качества инвентаря в учебных заведениях. Сейчас во многих регионах действует социальный проект от магазина «Спортмастер», в связи с которым на территории школ строятся оборудованные спортивные площадки, которые можно использовать при проведении уроков физической культуры, внеурочных занятий и занятий в системе дополнительного образования спортивно-оздоровительного направления.

Физическая культура является важной составляющей здорового образа жизни общества и призвана решать такие задачи как укрепление физического и психического здоровья; формирование важных двигательных умений и навыков; воспитание подрастающего поколения, способного противостоять

таким негативным явлениям, как наркомания, пьянство, табакокурение, асоциальное поведение и т.д.

Физическое воспитание может реализовываться через урочные формы занятий и дополнительные (факультативные) занятия, в том числе через физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня; внеклассные, неакадемические формы занятий (спортивные секции, занятия в спортивных школах, самостоятельные занятия); спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

В работе с детьми младшего школьного возраста наибольший эффект может принести использование такого психологического метода как сказкотерапия [10]. Название метода указывает, что его основой является сказочная форма, которая может быть задействована на уроках литературного чтения. Использование этого метода в работе по уменьшению риска употребления детьми психоактивных веществ обусловлено тем, что форма, в которой созданы сказки, наиболее доступна для восприятия ребенка, и в то же время является глубокой и стойкой, так как затрагивает поведенческие пласты психики и ее ценностную структуру [11]. Таким образом, возможна практическая реализация работы по формированию внутриличностных «антинаркотических» установок, наличие которых и признается главным защитным личностным фактором по отношению к возможной наркотизации.

В частности, в доступной и ненавязчивой сказочной форме детям можно объяснить «механизм» действия психоактивных веществ и соответственно их опасности. Сказка подсказывает ребенку и основную «формулу профилактики зависимости» - чтобы избежать негативного влияния ПАВ, необходимо и достаточно просто не допускать их в свою жизнь, иными словами «не пробовать» [10].

Педагогам, безусловно, известен такой прием как анализ сказок, когда после чтения сказки учитель организует ее обсуждение. Детям предлагается ответить на ряд вопросов: «О чем эта сказка?», «Кто из героев больше всего



вам понравился и почему?», «Почему герой поступил так, а не иначе?» и «Что было бы, если бы герой поступил иначе?» и т. д. Данная форма работы со сказкой может применяться в работе с детьми старше пяти лет. Анализ сказок в доступной и привлекательной форме позволяет осознать и «применить на себе» различные типы поведения в той или иной ситуации, и при этом оценить его последствия.

Примером использования такого приема в работе по предупреждению приобщения детей к психоактивным веществам, в частности, в целях предотвращения непреднамеренной пробы наркотического вещества, может служить анализ фрагментов таких сказок, как «Сказка о мёртвой царевне и семи богатырях» А. С. Пушкина, «Маленький Мук» Вильгельма Гауфа, «Алиса в стране Чудес» Льюиса Кэрролла. С целью показать негативное влияние табака на организм человека и предупредить пробу курения у детей можно использовать фрагмент произведения Марка Твена «Приключения Тома Сойера», а с целью вызвать отрицательное отношение к пробе алкоголя можно использовать отрывок из произведения «Маленький принц» Антуана де Сент – Экзюпери.

### **1.3.2. Внеурочная деятельность**

При определении направления в развитии у младших школьников культуры здоровья и предупреждения возникновения употребления психоактивных веществ нужно опираться на зону актуального развития в связи с психологическими и психофизиологическими характеристиками данного возраста. Ребенок желает удовлетворить свои актуальные потребности в настоящем, потому что он еще не осознаёт, что будет в будущем.

Ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте становится учебная, но игровая еще не ушла на задний план. Это значит, что организация игр в процессе обучения наилучшим образом и целенаправленно будет воздействовать на младших школьников. Через игры - тренинги у

детей можно формировать культуру здоровья и здоровьесберегающее поведение, формировать в игровой форме в виде правил игры при помощи положительного подкрепления нужное поведение в различных ситуациях жизни, а при помощи отрицательного – привычку избегать нежелательных ситуаций. Школьники будут выполнять правила в игре не потому, что так надо и это полезно, а потому что это интересно. В процессе игры дети незаметно для себя будут постепенно осваивать определённые схемы поведения, которые станут полезными навыками.

С помощью игры происходит развитие мотивационной сферы потребностей ребенка, вследствие чего возникают новые мотивы и цели, связанные с ними. В игре ребенок подчиняется правилам игры и внешнему контролю со стороны своих товарищей, тем самым он управляет своими желаниями, так как не может отвлечься от игры на что-нибудь другое, а то проиграет. Благодаря этому у ребенка формируется произвольность поведения, выражающаяся в планирование своей деятельности на будущий период. Это является необходимым звеном для воспитания навыков здоровьесберегающего поведения младших школьников [5].

Дети могут осваивать несколько видов игр. Например, сюжетно-ролевая игра, которая строится на конкретных эпизодах, знакомым детям, так как в ходе игры они действуют как определённые персонажи их любимых фильмов и сказок. Ролевые игры в ситуации общения с незнакомым человеком способствуют формированию навыков безопасного поведения, также в ситуациях возможного вовлечения в наркотизацию или негативного влияния одурманивающих веществ на здоровье ребенка (пассивное курение).

Помимо сюжетно-ролевой игры применяется и игра по правилам, в которой исполнение роли уходит на второй план, а главное - точное выполнение правил игры, в ходе которой у детей возникает соревновательный мотив в связи с возможным выигрышем.

В образно-ролевой игре ребенок может воображать себя кем и чем хочет, действовать соответствующим образом. Он может быть машиной, львом из

зоопарка, цветком и т. п. Этот вид игры помогает сформировать у ребенка личностное отношение, которое изначально казалось ему абстрактным; активизировать его конкретно-чувственный опыт, через который отражается окружающий мир. Так, к примеру, образно-ролевые игры могут помочь при формировании у детей первичных представлений о ценности здоровья. Например, понятия, не носящие для детей конкретный характер, приобретают эмоциональную окраску: слово «здоровье» начинает ассоциироваться с радостью и весельем, а слово «болезнь» с грустью и печалью [5].

В детском подходе к миру существенную роль играет активная манипуляция с объектами, особое значение в работе с детьми младшего школьного возраста заслуживают использование постановка сказок с помощью кукол и драматизация сказочных сюжетов.

Также можно отметить такие методы, как арттерапия и психогимнастика [10].

Метод арттерапии использует искусство в качестве средства психолого-педагогического воздействия, целью которого является установление гармонических связей с окружающим миром и с самим собой. Подобный метод укрепляет личность ребенка, помогает структурировать его мировоззрение, снижает агрессивность с помощью положительных эмоций в процессе арттерапии, повышает самооценку, способствует самовыражению. Терапия искусством позволяет работать с чувствами ребёнка, исследовать и выражать их на символическом уровне.

Можно сделать вывод, что использование элементов метода арттерапии содействует укреплению защитных факторов по предупреждению приобщения младших школьников к одурманивающим веществам.

В психогимнастике участники выражаются и общаются без помощи слов. Специалистами в области психокоррекционной работы с детьми младшего школьного возраста подчеркивается эффективность применения в работе с

младшими школьниками такого метода [45, 46]. В узком значении психогимнастика - это игра, основанная на двигательной экспрессии в качестве основного средства коммуникации.

При ведении работы, направленной на предупреждение употребления психоактивных веществ, следует учитывать, что приобщению дошкольников и младших школьников к вредным привычкам способствуют специфические, характерные именно для данной возрастной группы психологические факторы. Такими факторами являются большая восприимчивость и внушаемость детей, которые на основе интереса к миру взрослых в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного личностного восприятия к одурманивающим веществам и способствовать формированию установки на употребление табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

## Выводы по главе I

1. В период обучения в начальной школе в классе могут появиться дети, которые будут интересоваться запретным и неизвестным, что вызывает особое любопытство. Дети начинают приобщаться к таким вредным привычкам как табакокурение, алкоголь и наркотики.

2. Влияние вредных привычек наносит человеку только вред – вред его здоровью, силам и положению в обществе. Вредные привычки тормозят развитие личности, развитие физиологических процессов в организме детей, что пагубно влияет на состояние здоровья человека.

3. Существует три группы факторов риска, которые могут повышать вероятность раннего приобщения ребенка к алкоголю или курению: биологические факторы, характерологические особенности ребенка и особенности семейного воспитания.

4. Профилактика вредных привычек младшего школьника должна включать профилактическую деятельность, состоящую из теоретической и практической работы. Для повышения уровня сформированности понятия о вредных привычках очень большое значение имеет участие ребенка в коллективных играх во внеурочное время, выполнение ролей, требующих принятия каких-либо решений, активное речевое общение с другими детьми.

5. Зная психологические особенности детей, условия их быта, владея педагогическим мастерством и имея необходимые валеологические знания, учитель может и должен быть основным «воспитателем здоровья» ребенка.

6. Здоровый образ жизни формируется всеми сторонами и проявлениями общества и связан с личностно-мотивационным воплощением индивидом своих социальных, психологических и физиологических возможностей и способностей.

7. От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить в сознании принципы и навыки здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит в последующем вся деятельность, препятствующая раскрытию потенциала личности.

8. Если выявить причины возможного употребления психоактивных веществ и уровень их сформированности, то можно будет эффективно организовать профилактическую работу в школе, из этого следует что, поставленная мною гипотеза частично доказана.

## **Глава 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ДИАГНОСТИКЕ ФАКТОРОВ РИСКА ПРИОБЩЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ПСИХОАКТИВНЫМ ВЕЩЕСТВАМ**

### **2.1. Методики исследования актуального уровня сформированности вредных привычек**

Изучение литературы по проблеме исследования позволило выделить параметры и уровни риска возможного приобщения младших школьников к психоактивным веществам и подобрать адекватные методики их определения (табл.1).

Выбор конкретных методик осуществлен в соответствии с рядом требований:

1. Все методики должны соответствовать возрастным особенностям детей и отвечать их потребностям и возможностям.
2. Комплекс диагностических методик должен давать разностороннюю и разноплановую картину развития ребенка, что позволило бы определить индивидуальные варианты развития и своевременно зафиксировать пробелы и недостатки в формировании тех или иных знаний. Результаты диагностики должны служить основой для создания коррекционно-развивающих программ.
3. Используемые методики должны быть стандартизированы и апробированы на практике. Они должны быть проверены на содержательную и статистическую валидность и надежность.
4. Методики должны предполагать не только количественный анализ результатов, но и качественный.

На основании вышеперечисленных требований были отобраны необходимые диагностические методики.

Первая методика подготовлена на основе двух источников. Рабочая программа превентивного обучения, разработанная в соответствии с проектом ХОУП (Международной некоммерческой организации «Project NОPE») и авторского коллектива: кандидат медицинских наук Т.К. Гречаная,

кандидаты педагогических наук Л.Ю. Иванова, Л.С. Колесова, кандидат психологических наук О.Л. Романова [33]. Сборник анкет и тестов, подготовленный на основе рекомендаций Государственного (областного) образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи Липецкой области. Составителями являются: Горяева Елена Петровна - педагог-психолог и Стебенева Наталия Викторовна – заместитель директора и педагог-психолог центра психолого-медико-социального сопровождения [9].

Вторая и третья методики из книги Н. А. Гусевой «Тренинг предупреждения вредных привычек у детей», представляющую собой программу профилактики злоупотребления психоактивными веществами [10].

### **1. Методика выявления степени информированности о ПАВ (приложение А).**

Методика состоит из двух частей: первая часть с вопросами №1, №2, №3, №4, №5, №6 подразумевает свободный письменный ответ на предложенный вопрос. Вопросы №1, №2, №3 основаны на методике «Незаконченные предложения»; вторая часть с вопросами № 7, №8 основана на вопросах и вариантах ответа на них. Каждый вариант ответа имеет свою модальность (положительную и отрицательную). Выявляется степень информированности респондента о вредных привычках и последствиях их употребления.

За правильные ответы на вопросы из I части ребенок получает по 2 балла, а за неправильные – 0 баллов. Ребенок может получить 1 балл за правильные, но не полные ответы. Во II части за правильные ответы предусмотрен 1 балл, а за неправильные – 0 баллов.

Следовательно, итоговый балл вычисляется суммированием всех баллов, полученных ребенком в обеих частях:

0 - 4 баллов – высокий уровень;

5 - 9 баллов – средний уровень;



10 - 14 баллов – низкий уровень.

## 2. Методика «Может ли...» (приложение Б).

Цель методики заключается в исследовании оценочного компонента установки ребенка по отношению к употреблению психоактивных веществ.

Определить, как дети относятся к употреблению психоактивных веществ можно с помощью выявления их отношения к потребителям табака, алкоголя и наркотиков: насколько, по мнению детей, влияет употребление психоактивного вещества на функционирование потребителя. Если ребенок считает, что потребитель ПАВ может быть носителем важных качеств и реализовывать важные потребности (прием психоактивных веществ не мешает нормальному функционированию индивида), то можно сделать вывод о высокой степени риска подражания такого ребенка поведению аддиктов. А убеждение ребенка в невозможности нормального функционирования потребителя психоактивных веществ является значимым фактором защиты от риска употребления ПАВ самим ребёнком. В качестве критериев используются идеальные ценности, так как они являются внутренней позицией личности и определяют целенаправленность поведения всей жизни человека. Внутренняя позиция личности оказывает влияние на поведение в условиях «борьбы мотивов», то есть поведение ребёнка зависит от того, какая ценность является для него главенствующей, чтобы определить дальнейшее развитие событий [13].

Данная методика проходит в два этапа.

На первом этапе проведения диагностики по методике "Может ли ..." каждому ребенку выдается по семь карточек со схематическим изображением трех «человечков», внизу под каждым рисунком написано качество. Сначала ребенок должен выбрать человечка, которым он больше всего хотел бы быть, и обвести его (выбранному качеству присваивается 2 балла). А затем, из оставшихся двух человечков, ребенок должен выбрать человека, которым он хотел бы быть во вторую очередь, и подчеркнуть его

(выбранному качеству присваивается 1 балл). Результаты опроса заносятся в протокол обследования. Таким образом, на первом этапе изучаются ценностные ориентации детей.

На втором этапе данной методики исследуется отношение детей к потребителям ПАВ с помощью опроса "Да - Нет". Каждому учащемуся выдаются карточки с номерами вопросов (от 1 до 23) и два пустых конверта, на одном пустом конверте написано «ДА» (зеленым цветом), на другом – «НЕТ» (красным).

Детям было предложено ответить на 23 вопроса, свои ответы ("Да" или "Нет") они складывали в нужный конверт. После опроса ответы ребенка заносятся в протокол "Может ли ..." и обрабатываются:

1. Первый и последний вопросы носят биографический характер, правильность ответов на них является показателем того, что инструкция понята ребенком правильно. Ответы на оставшиеся вопросы анализируются на возможность потребления того или иного ПАВ.

За каждый положительный ответ на содержательные вопросы (со 2 по 22) присваивается «-1» балл. Ответ «нет» на каждый из перечисленных вопросов оценивается как «+1» балл.

2. Подсчитывается относительный вес каждой ценности, представленной в протоколе «Ценностные ориентации», и обозначается как коэффициент («k»).

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

- Отношение к курению -  $i = i_1 \times k_1 + i_2 \times k_2 + i_3 \times k_3 + i_4 \times k_4 + i_5 \times k_5 + i_6 \times k_6 + i_7 \times k_7 =$
- Отношение к употреблению алкоголя  $g = g_1 \times k_1 + g_2 \times k_2 + g_3 \times k_3 + g_4 \times k_4 + g_5 \times k_5 + g_6 \times k_6 + g_7 \times k_7 =$
- Отношение к употреблению наркотиков  $j = j_1 \times k_1 + j_2 \times k_2 + j_3 \times k_3 + j_4 \times k_4 + j_5 \times k_5 + j_6 \times k_6 + j_7 \times k_7 =$

- Значение оценочного компонента антинаркотической установки =  $i + g + j =$

4. 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 (к +63), тем сильнее защитный антинаркотический барьер.

Следовательно, итоговый балл вычисляется суммированием всех баллов, полученных ребенком:

-63 - -21 баллов – высокий уровень;

-20 - 21 баллов – средний уровень;

20 - 63 баллов – низкий уровень.

### 3. Методика «Приключение Кузи и Фани» (приложение В).

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 (карточки с изображением мальчика (или девочки) с изображением наркогенных ситуаций, в которые попадает герой (Кузя или Фаня) каждому ребенку).

В условиях группового обследования дети рассказывают 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.

3. 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.

Таблица 1 - Критерии и уровни риска приобщения к вредным привычкам

Параметр	Критерий	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Методика выявления степени информированности о ПАВ	Информированность о ПАВ и последствиях их употребления	Затрудняется или отвечает неправильно в большинстве случаев. Дает не полные и не соответствующие данному вопросу ответы.	На большинство вопросов дает правильные, но недостаточно полные ответы.	На все вопросы дает достаточно полные ответы, соответствующие поставленному вопросу.
		0 - 4	5 - 9	10 - 14
Методика «Может ли...» (Понимание ребенком негативного влияния ПАВ на жизненно важные качества человека)	1.Ценностная ориентация 2.Понимание влияния употребления табака на потребителя 3. Понимание влияния употребления алкоголя на потребителя 4. Понимание влияния употребления наркотиков на потребителя	Ребенок считает, что потребитель ПАВ может быть носителем важных качеств, реализовывать важные потребности, иными словами, прием психоактивных веществ не мешает нормальному функционированию индивида	Ребенок считает, что потребитель ПАВ в некоторой степени может быть носителем важных качеств и прием психоактивных веществ немного мешает нормальному функционированию индивида	Убеждение ребенка в невозможности нормального функционирования потребителя психоактивных веществ.
		-63 - -22	-21 - 21	22-63
Методика «Приключение Кузи и Фани» (Возможная сила противодействия ребенка употреблению ПАВ)	1. Поведение по отношению к употреблению алкоголя: - предложение пробы со стороны значимого взрослого; - предложение пробы со стороны сверстников; - проба в одиночестве.	Соглашается попробовать ПАВ, приводя аргументацию в активном действии; не уходит от пассивного курения.	В большинстве случаев вежливо отказывается, но не приводит аргументацию и выполняет реактивное действие; не уходит от пассивного курения.	Вежливо и аргументировано отказывается от ПАВ, предлагая активное действие; уходит от пассивного курения.

	<p>2. Поведение по отношению к употреблению табака:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пассивное курение;</li> <li>- предложение пробы со стороны сверстников;</li> <li>- предложение пробы со стороны группы сверстников.</li> </ul> <p>3. Поведение по отношению к употреблению неизвестного вещества:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проба неизвестного вещества в одиночестве;</li> <li>- предложение пробы неизвестного вещества со стороны сверстников.</li> </ul>			
		- 40 – - 14	- 13 - 13	14 - 40
Риск приобщения к вредным привычкам		-103 - -31	-30 - 44	45 - 117



Успешность выполнения каждой из методик оценивалась в баллах, общий показатель успешности работы ребенка по программе оценивался суммарным баллом по всем методикам. Так, было выделено три уровня риска приобщения младших школьников к вредным привычкам:

Высокий уровень – от -31 до -103 баллов;

Средний уровень - от -30 до 44 баллов;

Низкий уровень – от 45 до 117 баллов.

## **2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента**

Диагностическое исследование, в рамках констатирующего эксперимента, было направлено на выявление актуального уровня сформированности вредных привычек младших школьников. Работа проводилась во втором классе средней общеобразовательной школы №31 Ленинского района г. Красноярска. Для исследования были выбраны учащиеся 2А класса в количестве 24 человека.

### Анализ результатов проведения методики по выявлению степени информированности о ПАВ

Рассмотрим результаты методики выявления степени информированности о ПАВ, проведенной на учениках 2А класса (таб.А.1).

Полученные результаты показывают, что у 100% учащихся не полностью сформировано представление о понятии вредных привычек. Оценив результаты работы учеников 2А класса можно распределить по уровням: высокий, средний, низкий (таб.А.2).

В ходе анализа результатов проведения методики 1 были получены такие данные: во 2А классе 21% учащихся (5 человек) имеют низкий уровень сформированности понятия о вредных привычках, 63% учащихся (15 человек) – средний, 16% учащихся (4 человека) – высокий.

Анализ результатов представлен на рис.1.

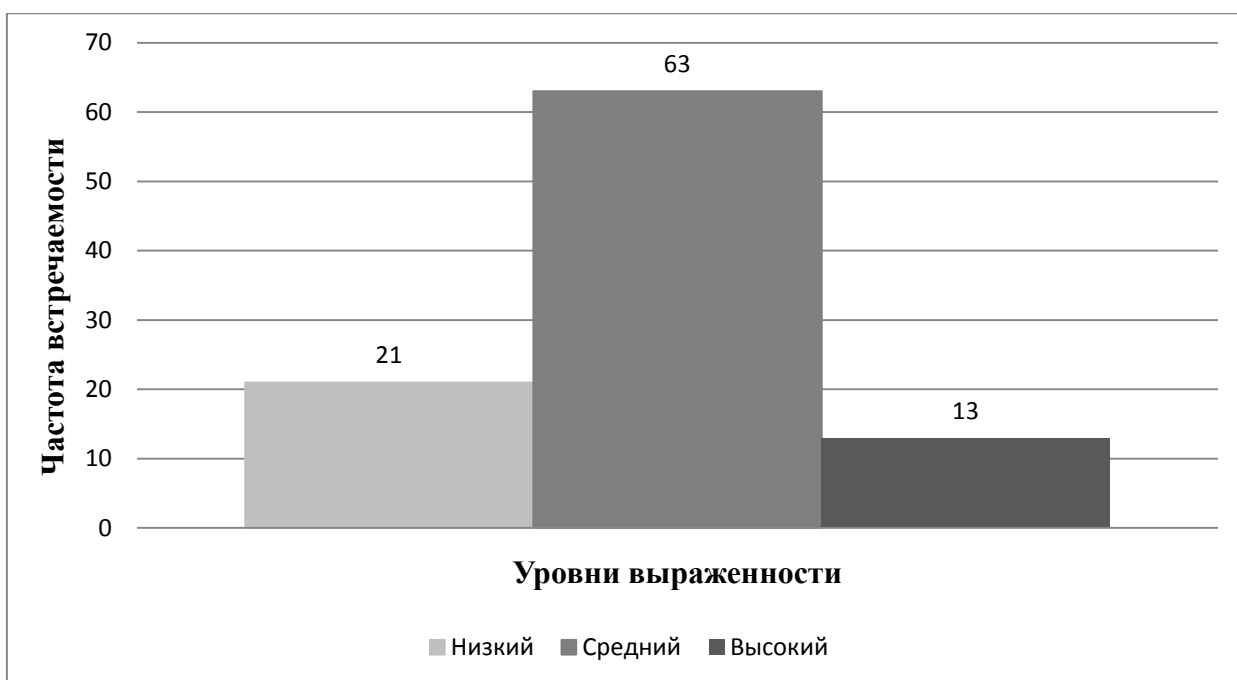


Рисунок 1. Уровень информированности младших школьников о ПАВ и последствиях их употребления

Анализ результатов проведения методики: «Может ли...» Н. А. Гусевой

На первом этапе проведения методики "Может ли ..." мы исследовали ценностные ориентации детей с помощью опросного листа, представленного в приложении Б.

Результаты исследования ценностных ориентаций учащихся 2А класса представлены в таблице Б.1. Исходя из которых, мы смогли выделить относительный вес каждой ценности, рассматриваемый нами как коэффициент «к» (табл. Б.2), необходимый для вычисления оценочного компонента антинаркотической установки учащихся.

Таким образом, наиболее часто встречающимися ценностными ориентациями являются развлечения и дружба, принятие со стороны сверстников, а наименее часто встречающимися ценностными ориентациями являются новые, необычные ощущения и сила, влияние на других. В то время как ценностная ориентация на здоровье занимает 4 место из 11 возможных.

Наглядно представим результаты на рисунке (рис. 2).



Рисунок 2. Распределение ценностных ориентаций по количеству баллов

На втором этапе проведения методики мы исследовали отношение детей к потребителям ПАВ с помощью опроса "Да - нет", представленного в приложении Б.

Данные исследования, полученные в результате опроса "Да - нет", внесены в таблицу Б.3.

В опросе можно выделить 3 блока на выявление мнения детей по влиянию употребления того или иного психоактивного вещества на функционирование потребителя, а именно: табака, алкоголя, наркотиков.

Наглядно мнение детей по влиянию употребления табачных изделий можно увидеть на рис. 3.

Человек, который курит, может:

- быть любопытным, получать новые необычные ощущения: да – 14 человек (58%), нет – 10 человек (42%);
- быть здоровым, никогда не болеть: да – 21 человек (87%), нет – 3 человека (13%);

- быть богатым, покупать себе всё, что захочется: да – 22 человека (92%), нет – 2 человека (8%);
- постоянно развлекаться: гулять, играть, смотреть телевизор: да – 14 человек (58%), нет – 10 человек (42%);
- нравиться людям, дружить со всеми: да – 10 человек (42%), нет – 14 человек (58%);
- хорошо учиться: да – 11 человек (46%), нет – 13 человек (54%);
- быть сильным, уметь заставить других делать то, что ему нравится, влиять на других: да – 18 человек (75%), нет – 6 человек (25%).



Рисунок 3. Мнение учащихся по влиянию употребления табачных изделий на человека

Отсюда видно, что дети не понимают негативного влияния курения на такие качества как: богатство, здоровье, сила, любознательность, веселье.

Мнение детей по влиянию употребления алкогольной продукции можно увидеть на рис. 4.

Человек, который выпивает может:

- быть любопытным, получать новые необычные ощущения: да – 15 человек (63%), нет – 9 человек (37%);
- быть здоровым, никогда не болеть: да – 0 человек (0%), нет – 24 человека (100%);
- быть богатым, покупать себе всё, что захочется: да – 16 человек (67%), нет – 8 человека (33%);
- постоянно развлекаться: гулять, играть, смотреть телевизор: да – 15 человек (63%), нет – 9 человек (37%);
- нравиться людям, дружить со всеми: да – 11 человек (46%), нет – 23 человека (54%);
- хорошо учиться: да – 0 человек (0%), нет – 24 человека (100%);
- быть сильным, уметь заставить других делать то, что ему нравится, влиять на других: да – 8 человек (33%), нет – 16 человек (67%).

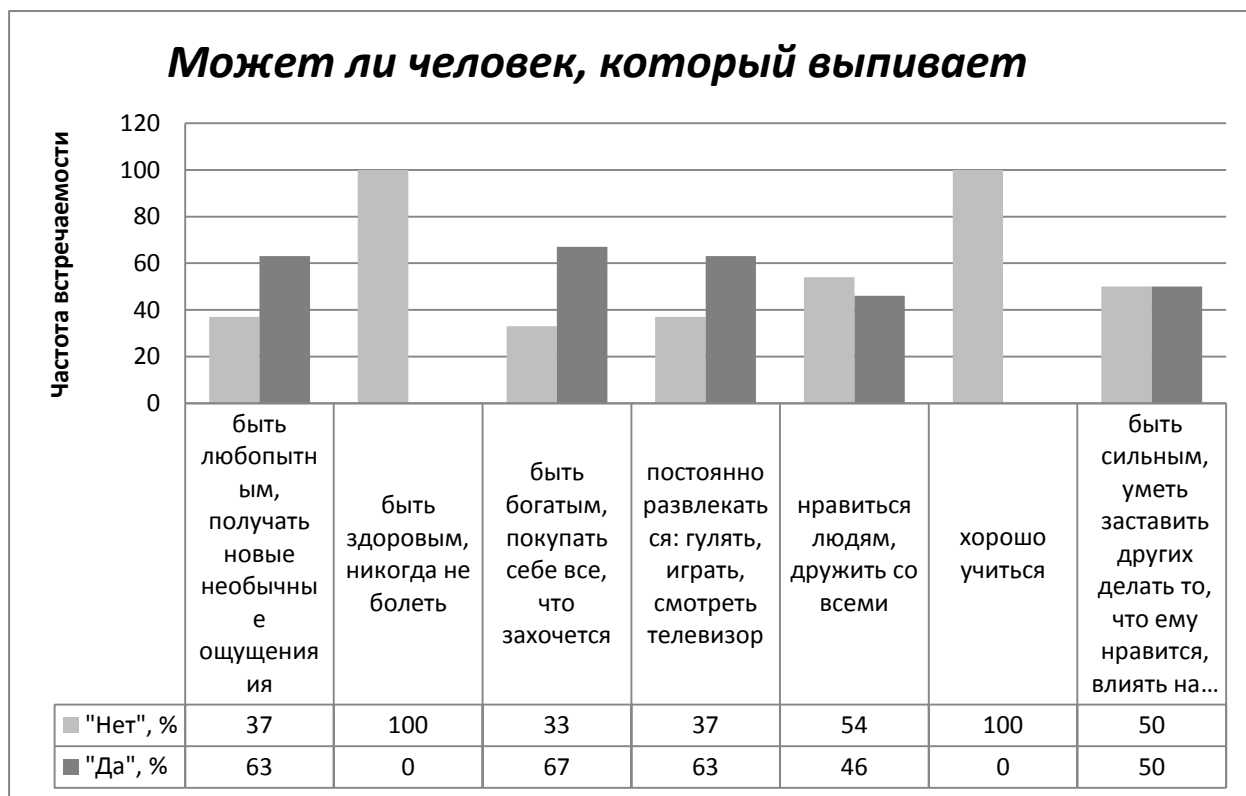


Рисунок 4. Мнение учащихся по влиянию употребления алкогольной продукции на человека

Отсюда видно, что дети не понимают негативного влияния алкоголя на такие качества как: богатство, любознательность, веселье, сила.

Мнение детей по влиянию употребления наркотиков можно увидеть на рис. 5.

Человек, который принимает наркотики может:

- быть любопытным, получать новые необычные ощущения: да – 19 человек (79%), нет – 5 человек (21%);
- быть здоровым, никогда не болеть: да – 0 человек (0%), нет – 24 человека (100%);
- быть богатым, покупать себе всё, что захочется: да – 14 человек (58%), нет – 10 человека (42%);
- постоянно развлекаться: гулять, играть, смотреть телевизор: да – 15 человек (63%), нет – 9 человек (37%);

- нравиться людям, дружить со всеми: да – 0 человек (0%), нет – 24 человека (100%);
- хорошо учиться: да – 0 человек (0%), нет – 24 человека (100%);
- быть сильным, уметь заставить других делать то, что ему нравится, влиять на других: да – 8 человек (75%), нет – 16 человек (25%).

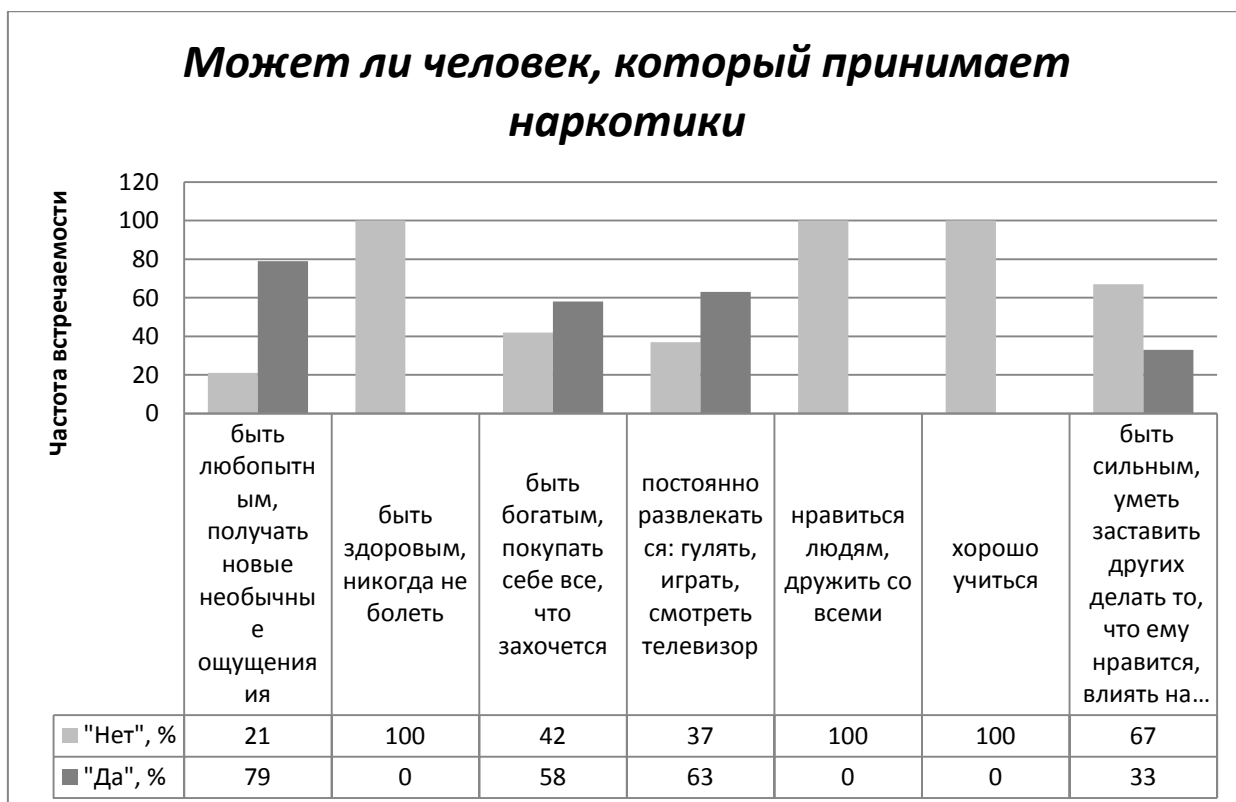


Рисунок 5. Мнение учащихся по влиянию употребления наркотиков на человека

Отсюда видно, что дети не понимают негативного влияния наркотиков на такие качества как: любознательность, богатство, веселье.

Можно увидеть обобщенные результаты детей по положительному и отрицательному влиянию употребления того или иного психоактивного вещества на функционирование потребителя, сложив все ответы «Да» и «Нет» в процентах по каждому психоактивному веществу.

Получается, что меньше всего негативного влияния употребления ПАВ на потребителя учащиеся видят в курении.

Наглядные результаты представлены на рис 6.

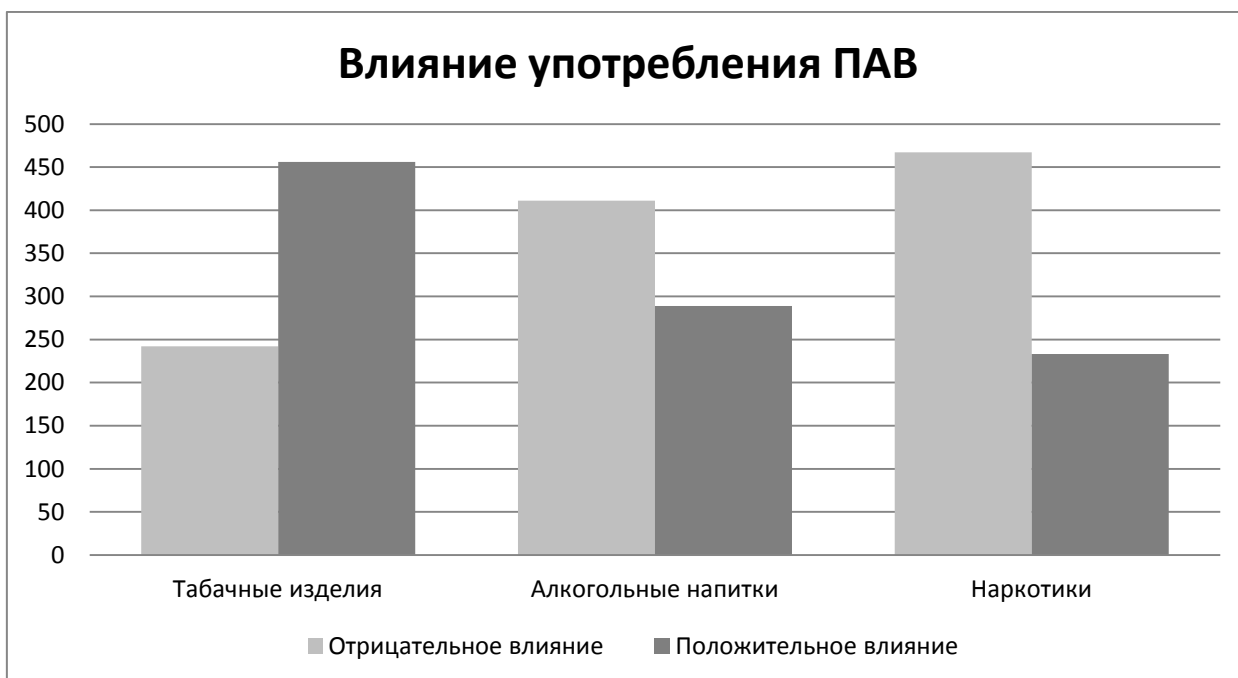


Рисунок 6. Понимание учащимися влияния ПАВ на организм при их употреблении

После их обработки мы подсчитали результаты, соотнеся ответы на вопросы о возможностях потребителя ПАВ (опроса «Да – Нет») и удельный вес ценности (коэффициент «к») в таблице Б.4.

Оценив результаты работы учеников 2А класса можно распределить по уровням: высокий, средний, низкий (табл.Б.5).

В ходе анализа результатов проведения методики 2 были получены такие данные: во 2А классе 33% учащихся в количестве 8 человек имеют низкий уровень оценочного компонента установки по отношению к употреблению ПАВ, 54% учащихся (13 человек) – средний, 13% учащихся (3 человека) – высокий.

Анализ результатов представлен на рис.7.



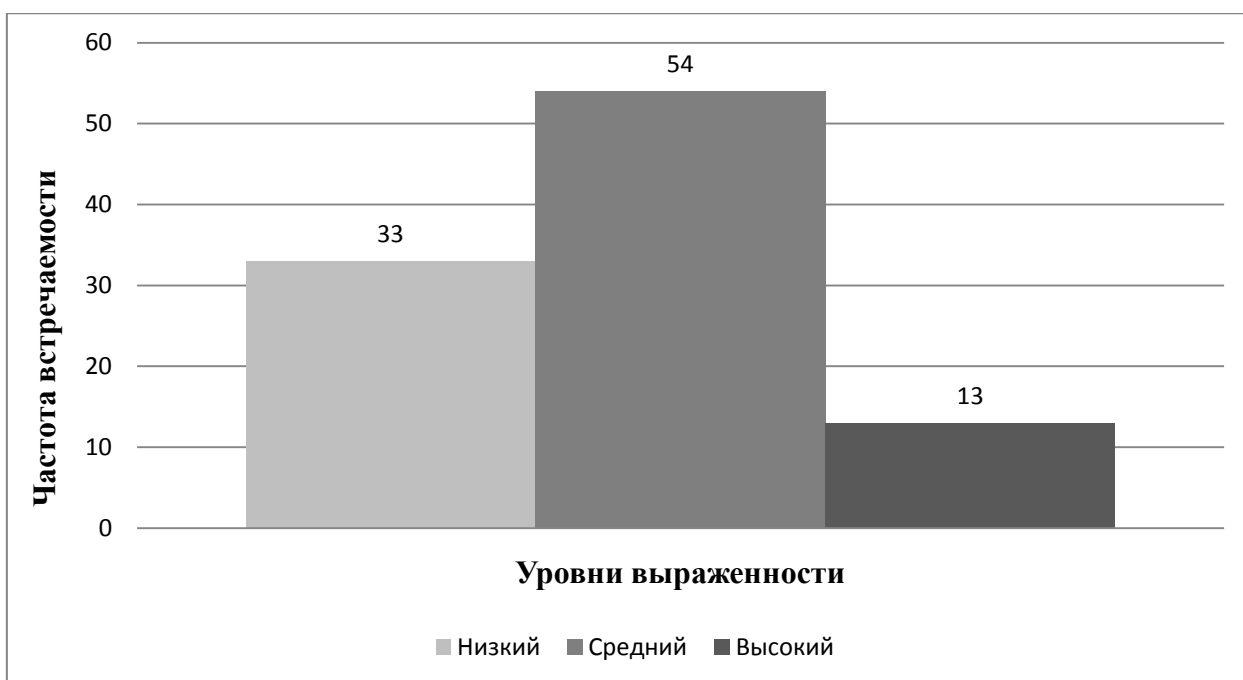


Рисунок 7. Уровень понимания учащимися степени негативного влияния ПАВ на жизненно важные качества человека

Анализ результатов проведения методики: «Приключения Кузи и Фани». Н. А. Гусевой

Рассмотрим результаты проведения методики «Приключения Кузи и Фани» на 2А классе (табл.В.1).

Полученные результаты работы учеников 2А класса можно распределить по уровням: высокий, средний, низкий (табл. В.3).

В ходе анализа проведения методики 3 были получены такие результаты: во 2А классе 100% учащихся (24 человека) имеют средний уровень поведенческого аспекта установки ребенка по отношению к употреблению ПАВ.

Анализ результатов представлен на рис. 8.



Рисунок 8. Уровень возможной силы противодействия младшими школьниками употреблению ПАВ

Важно отметить, что дети не использовали аргументацию при выборе своего поведения (пробы или отказа от пробы) в предложенных ситуациях, а если использовали, то приводили объяснения, несвязанные с употреблением ПАВ, например: «Мама будет ругаться», «Родители не разрешают».

Данное наблюдение показывает нам, что отказ ребенка от психоактивного вещества вызван не пагубными последствиями его употребления на здоровье организма, а боязнью родителей.

Этот факт можно наглядно увидеть на рис. 9, где показано, что в ситуации предложения алкоголя со стороны значимых взрослых ребенок дает согласие на пробу алкоголя в разных ситуациях, а именно: 63% (15 человек) согласны на пробу алкоголя со стороны значимого взрослого на праздник и 33% (8 человек) согласны на пробу от значимого взрослого в обычной ситуации, в то время, как на предложения со стороны сверстников отвечают отказом. И 29% (7 человек) имеют потенциальную предрасположенность к пробе алкоголя в одиночестве.

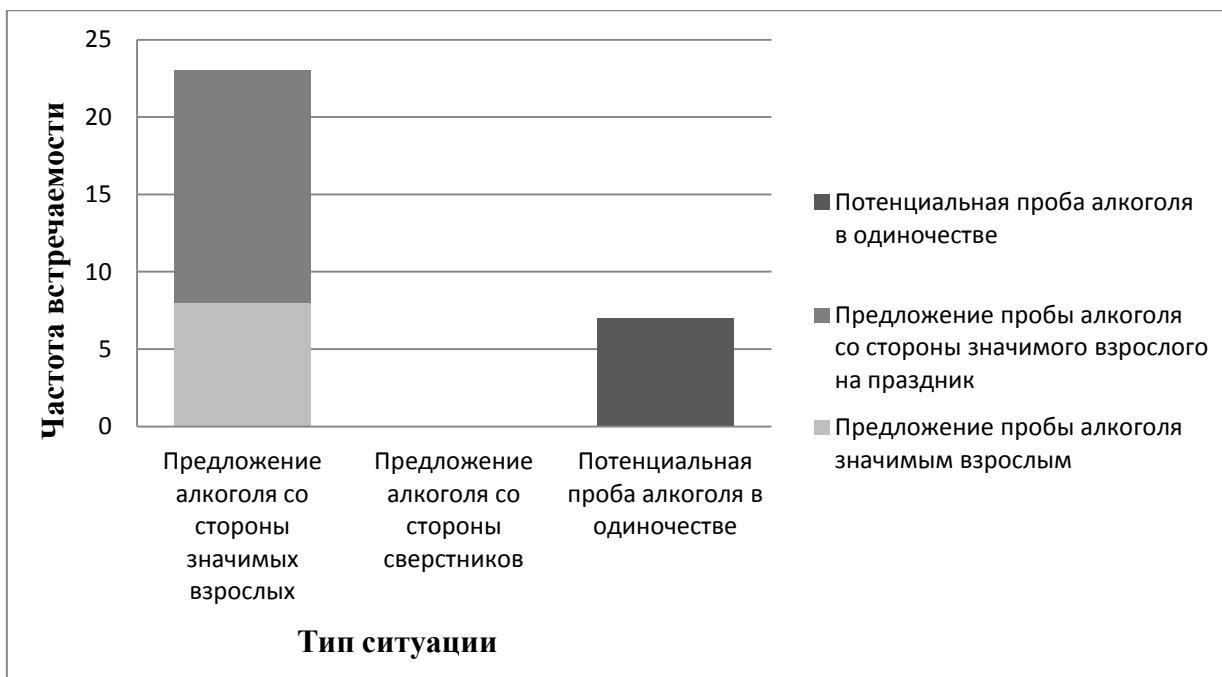


Рисунок 9. Уровень поведенческого аспекта установки школьников по отношению к употреблению алкоголя

Также в табл. В.2 представлены результаты поведенческого аспекта установки ребенка по отношению к употреблению табака. На рис. 10 видно, что 100% детей отказались от пробы табака по причинам, не связанным с его негативным влиянием на организм. Но в ситуации пассивного курения, когда взрослый курит под знаком, запрещающим курение, а ребенок стоит рядом, 100% детей замечают несоответствие между поведением взрослого и содержанием знака, но не стремятся уйти от пассивного курения, а приводят такие ответы: «Тут нельзя курить», «Этот мужчина курит, а тут курить нельзя, тут знак висит». И 17% (4 человека) садятся рядом с подростками, курящими в помещении, а не на свободные от дыма места.



Рисунок 10. Уровень поведенческого аспекта установки школьников по отношению к употреблению табака

В ситуации пробы неизвестного вещества видим, что 21% (5 человек) попробует неизвестное вещество самостоятельно и 38% (9 человек) попробуют неизвестное вещество посредством предложения пробы со стороны сверстников (рис. 11). Данные ситуации показывают на не критичное вовлечение в наркотизацию.

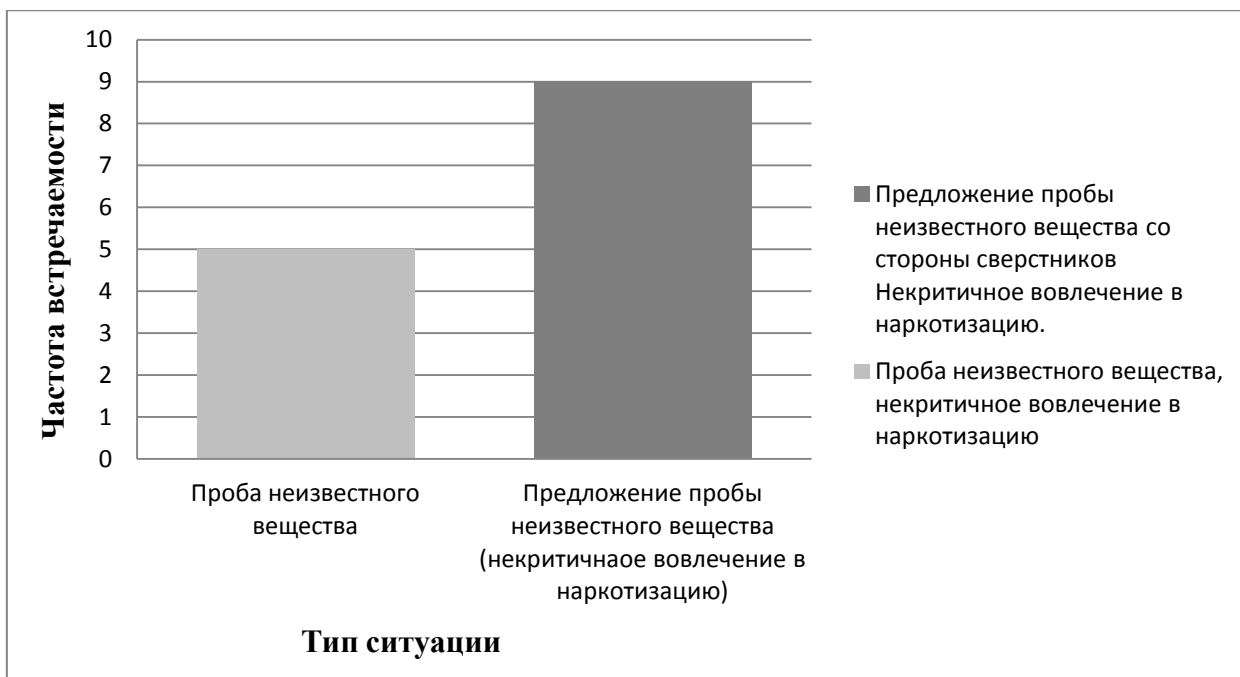


Рисунок 11. Уровень поведенческого аспекта установки школьников по отношению к употреблению неизвестного вещества

Критериями констатирующего эксперимента являются: информированность о ПАВ и последствиях их употребления, оценочный компонент установки ребенка по отношению к употреблению ПАВ, поведенческий аспект установки ребенка по отношению к употреблению ПАВ, которые в свою очередь делятся на уровни: В – высокий, С – средний и Н – низкий.

В таблице В.4 представлен общий показатель уровня сформированности вредных привычек суммарным баллом по всем методикам.

Полученные результаты показывают (табл. В.5), что 12% учащихся (3 человека) имеют низкий уровень риска сформированности вредных привычек, 88% учащихся (21 человек) – средний, 0 учащихся – высокий (рис.12).



Рисунок 12. Уровень риска употребления ПАВ младшими школьниками

Результаты статистической обработки по всем методикам представлены в табл.2.

Таблица 2 - Результаты статистической обработки

Класс	ЧИСЛО УЧАЩИХСЯ С ДАННЫМ УРОВНЕМ, %											
	1			2			3			4 (ОБЩ)		
	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В
2А	21	63	16	33	54	13	0	100	0	12	88	0

1 – методика 1 (Методика выявления степени информированности о ПАВ);

2 – методика 2 (Методика «Может ли»);

3 – методика 3 (Методика «Приключения Кузи и Фани»);

4 – риск употребления психоактивных веществ.

Таким образом, в исследовании использованы три методики на выявление актуального уровня риска сформированности вредных привычек. Можно сделать обобщающий вывод, что у учащихся начальной школы

доминирующим является средний уровень риска сформированности вредных привычек, а именно 88%. Полученные результаты констатирующего эксперимента будут учтены при разработке комплекса занятий формирующего эксперимента.

### **2.3. Комплекс занятий по внеурочной деятельности «Профилактика возникновения вредных привычек»**

В младшем школьном возрасте у детей уже есть первые представления о конкретных одурманивающих веществах. Зачастую взрослые считают, что их дети об алкоголе, никотине и тем более о наркотиках ничего не знают. Нередко и педагоги убеждены, что их воспитанники ограждены от вредных влияний. К сожалению, сегодня нельзя защитить детей от подобного рода информации - они видят на улице и по телевидению, как употребляют одурманивающие вещества люди, слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих (пусть и по праздникам) родителей. И дети еще не способны адекватно оценить это. Поэтому очень важно дать им правильную установку, представление о том, что «хорошо», а что «плохо», и задолго до того, как возникнет опасность первого опыта или реального знакомства ребенка с одурманивающими веществами, необходимо сформировать у него устойчивое негативное отношение к употреблению этих веществ.

Внеурочная деятельность предоставляет большую возможность, нежели традиционные уроки, для формирования «правильных» установок по минимизации риска возникновения вредных привычек. Внеурочная деятельность осуществляется в формах, отличных от классно-урочной, это способствует более полному раскрепощению детей: обучающиеся должны не только узнать, но и научиться действовать, чувствовать и принимать решения.

Для составления комплекса занятий нами было проанализировано несколько программ по повышению уровня здоровья и авторских методик,

направленных на профилактику злоупотребления психоактивными веществами.

Таблица 3 - Перечень программ и авторских методик

Название программы, авторы	Цель программы, краткая аннотация.
<p>Учебно-методический комплект «Все цвета, кроме черного» М. М. Безруких, А. Г. Макеевой, Т. А. Филипповой [5].</p>	<p>Цель проекта - формирование у школьников навыков эффективной адаптации в современном обществе, позволяющих в будущем предупредить употребление вредных привычек.</p> <p>Комплект состоит из методического пособия для учителей, брошюры для родителей, рабочих тетрадей для учащихся 2, 3, 4 классов, может использоваться как дополнительный материал на уроках по предметам базового учебного плана, а также в рамках внеклассной работы в различных учреждениях образования.</p>
<p>Сценарии классных и внеклассных мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек, предложенные Г. Г. Кулинич [22].</p>	<p>Данная книга предлагает вниманию учителей оригинальные сценарии классных и внеклассных мероприятий, а также родительских собраний, направленных на профилактику таких вредных привычек у младших школьников, как курение, игромания, неправильное питание, чрезмерное увлечение телевизором и компьютером, сквернословие и даже алкоголизм и наркомания.</p>
<p>Курс занятий «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы» Л. А. Обуховой, Л. А. Лемяскиной, О. Е. Жиренко [32].</p>	<p>Книга содержит полностью разработанный курс занятий для младших школьников с 1-го по 4-й класс.</p> <p>Цель курса - обучение детей бережному отношению к собственному здоровью, приемам его сохранения.</p>
<p>Уроки профилактики наркомании в школе Л.П.Николаевой, Д.В.Колесова [30].</p>	<p>Главная цель данной книги - предоставить учителю методологию профилактики наркомании в школьной среде.</p>
<p>Сказка «Черная трава забвения» В. А. Ковалева [17].</p>	<p>Цель - рассказать детям правду о наркотизации и заставить их серьезно задуматься о данной проблеме, постараться в будущем избежать страшной опасности.</p>



Исходя из результатов констатирующего этапа и анализа программ профилактики, нами был скорректирован комплекс занятий внеурочной деятельности «Профилактика вредных привычек», **целью** которого является минимизация риска употребления психоактивных веществ.

Занятия, в первую очередь, направлены на развитие таких критериев по минимизации риска возникновения вредных привычек, как: информированность о ПАВ и последствиях их употребления; понимание ценностной ориентации здоровья; понимание влияния употребления табака (и в меньшей мере алкоголя с наркотиками) на жизненно важные качества потребителя; поведение по отношению к употреблению алкоголя от значимых взрослых; проба неизвестного вещества.

Таким образом, можно выделить 3 направления занятий, ориентированных на:

- 1) увеличение информированности о последствиях пассивного курения (2, 3, 7 занятия);
- 2) повышение уровня ценностной ориентации на здоровье (1, 2, 4, 6, 7);
- 3) внушение вреда от пробы неизвестного вещества (5, 6, 8, 9).

Разработанный комплекс занятий по профилактике риска возникновения вредных привычек состоит из 9 занятий и 1 родительского собрания. Он направлен на профилактику употребления ПАВ детьми младшего школьного возраста и предполагает проведение внеклассных занятий 1 раз в неделю (Приложение Г).

Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями.

Все занятия составлены, с учётом постепенного накопления знаний, умений и практического опыта. Занятия проходят в виде: бесед, оздоровительных минуток, игр, инсценировок, сказкотерапии, моделирования и анализа проблемных ситуаций.

По результатам констатирующего эксперимента можно выделить следующие **задачи**, которые будет решать комплекс занятий:

1. Формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
2. Развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
3. Формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
4. Показать, что с вредными привычками, люди не всегда могут иметь жизненно важные качества;
5. Показать вред пассивного курения;
6. Показать вред пробы неизвестного вещества;
7. Просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждения вредных привычек.

Основной целью было создание такой программы, которая позволила бы развить у детей следующие навыки: навыки, которые помогут им гармонично влиться в социум; навыки критического мышления, которые помогут сопротивляться воздействию улицы и телевидения, что немаловажно в профилактической работе по предупреждению употребления ПАВ в младшем школьном возрасте. Дети получают знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

Таблица 4 - Структура комплекса занятий «Профилактика вредных привычек»

№	Тема занятия	Количество часов
1	Ты дорожишь своим здоровьем?	1
2	Как ты растешь	1
3	Говорящий попугай по имени Труша	1

4	Правда и ложь	1
5	Хорошие и плохие вещества	1
6	Черная трава забвения	1
7	Скажи «Нет!» вредным привычкам	1
8	Что нужно знать о лекарствах. Как избежать отравления	1
9	Как ты познаешь мир	1
10	Разговор с родителями: вредные привычки - профилактика в раннем возрасте	1
Итого:		10 часов

### **Содержание комплекса занятий**

#### **Занятие 1: «Ты дорожишь своим здоровьем?»**

Цель: продвижение здорового образа жизни и двигательной активности.

Задачи: уточнить значение понятия «здоровье»; повторить правила безопасного и ответственного поведения; учить анализировать ситуацию и на этой основе принимать правильное решение; показать на примерах взаимосвязь принятия правильного решения и сохранения здоровья; пропагандировать двигательную активность; формировать навыки по сохранению здоровья.

Анализируются ситуации на примере трёх мальчиков (1– ленится и лежит на диване, 2 – помогает родителям, не ленится и много двигается, 3 – не слушается родителей, не одевается тепло и много болеет).

#### **Занятие 2: «Как ты растешь»**

Цель: дать детям представление о значении нормальных условий жизни для их роста и развития.

Задачи учителя - рассказать детям о различных изменениях, которые происходят в их организме: познакомить с приемами определения функционального состояния организма; сформировать представления о

необходимости особенно бережного отношения к собственному здоровью в период роста; показать зависимость физического состояния человека от его поведения.

Занятие содержит блок заданий, носящих исследовательский характер. Лучше организовать работу в группах. Детям стать исследователями и разделиться на группы по 4 - 5 человек. Ребятам объясняется цель занятия - узнать о работе своего организма, научиться помогать ему.

Перед началом работы групп педагог вместе с детьми подробно обсуждает инструкцию, данную в задании, и подчеркивает важность соблюдения всех требуемых правил. В каждой группе дети проделывают последовательность действий задания, выбирают своего инструктора. Инструктор от каждой группы показывает педагогу, как усвоены приемы выполнения задания (определение времени по часам, подсчет пульса, подсчет частоты дыхания). Затем начинается работа в группах. Инструктор помогает выполнять задание своим одноклассникам и контролирует правильность их действий.

Затем полученные результаты анализируются каждым из учащихся. Проводится коллективное обсуждение результатов. Не следует просить детей демонстрировать свои личные показатели. Можно просто сформулировать конкретные рекомендации «для тех, у кого есть красные и черные кружки». При этом педагог подчеркивает, что и тем, у кого получились зеленые кружки, обязательно нужно следить за здоровьем.

Не будет лишним вывод о том, что здоровье человека во многом зависит от его поведения (в качестве иллюстрации используется пример с курением одного из героев). Вывод: курение опасно для любого человека, но для детей и подростков особенно, потому что их организм еще не сформирован и оно может плохо отразиться на его развитии.

### **Занятие 3: «Говорящий попугай по имени Труша»**

Цель урока: показать вред пассивного курения на примере сказочных героев.

Чтение и обсуждение сказки.  
Разбор проблемных ситуаций.

#### **Занятие 4: «Правда и ложь»**

Цель: сформировать у учащихся представление о том, что такое лживый и правдивый человек; понимание того, что человек.

Основные понятия: свобода и рабство; правда и ложь, зависимость.

Чтение сказки В.Н.Даля «Правда и Кривда».

Вопросы: что сказал автор о Правде?

Почему Правда утверждает, что с Кривдой весь свет пройдешь, да назад не вернешься?

Кому жить труднее, но почетнее?

Почему человек, начинающий употреблять наркотические вещества, становится лживым?

Можно ли доверить человеку, который привык врать? Может ли лжец быть надежным другом?

#### **Занятие 5: «Хорошие и плохие вещества»**

Цель урока: сформировать у учащихся представление о полезных и вредных для здоровья веществах.

Основные понятия: обман; приманка; наживка.

*Игра «Рыбак и рыбка».*

Цель игры: показать детям, что есть вещества, которые иногда предлагают попробовать бесплатно. Но если человек их попробует, то за это ему придется расплачиваться всю оставшуюся жизнь.

*Анализ ситуаций «Сделай свой выбор».*

*Игра «Мышка и сыр».*

Цель: мышка за «бесплатный» сыр расплачивается свободой.

### *Упражнение «Запретный плод»*

Цель: осознать свое поведение в ситуации запрета.

### **Занятие 6: «Черная трава забвения»**

Цель: показать вред и побочные эффекты приобщения к вредным привычкам.

Чтение легенды «Черная трава забвения»

Словарная работа: рабы, пришельцы, потомки, забвение, коварство.

Обсуждение легенды.

Творческая работа: нарисовать 2 рисунка (о счастливой стране и о стране после прихода пришельцев)

Подведение итогов.

### **Занятие 7: «Скажи «Нет!» вредным привычкам»**

Цель: формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих, умения отказываться.

Задачи занятия: формирование у детей представления о здоровье как ценности; расширение знаний о вредном воздействии табачного дыма, алкоголя, наркотиков на организм человека; обучение детей способам сопротивления негативному давлению со стороны окружающих; формирование у детей навыков адекватного взаимодействия в проблемных ситуациях.

### **Занятие 8: «Что нужно знать о лекарствах. Как избежать отравления»**

Цель: показать, что безвредных лекарств не бывает, принимать их следует только по рекомендации врача и в присутствии взрослых.

Назови известные тебе лекарства.

При каких заболеваниях ты их принимал? В каком количестве?

Вспомни вкус известных тебе лекарств.

Как быстро ты почувствовал, что лекарство помогло?

Подумай и скажи, можно ли выздороветь без лекарств.

Признаки лекарственного отравления. Что делать, если ты отравился?

### **Занятие 9: «Как ты познаешь мир»**

Цель: сформировать представление об основных органах чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), об особенностях познания окружающего мира с их помощью.

Задача учителя — помочь детям осознать необходимость осторожного обращения с неизвестными веществами.

Занятие содержит блок заданий (1, 3, 4), носящих исследовательский характер. Для их выполнения учитель делит класс на творческие группы по 3-4 человека. Перед выполнением заданий нужно обратить внимание детей на необходимость четкого выполнения инструкции, а после обсудить с детьми полученные результаты. Так, задание 1 поможет детям определить, как связаны между собой различные виды ощущений, понять, что наше восприятие мира складывается из целого комплекса ощущений.

Задание 5 знакомит учащихся с некоторыми вкусовыми и зрительными иллюзиями. Необходимо объяснить учащимся, что в некоторых случаях наши ощущения могут не соответствовать действительности. Причем эти иллюзии возникают при данных условиях у большинства людей.

### **Занятие 10: Разговор с родителями: «Вредные привычки - профилактика в раннем возрасте»**

Цель: информировать родителей о системе профилактики вредных привычек в младшем школьном возрасте в связи с выявленными проблемами класса; проиграть ситуационные задачи на взаимодействие ребенка и взрослого.

## Выводы по главе II

1. В ходе работы проанализирован актуальный уровень риска сформированности вредных привычек у младших школьников по трём критериям: информированность о ПАВ и последствиях их употребления, понимание негативного влияния ПАВ на жизненно важные качества человека и возможная сила противодействия употреблению ПАВ.

2. Выявлены следующие возможные риски приобщения детей к употреблению ПАВ: информированность о ПАВ и последствиях их употребления (54% средний уровень и 33% - низкий); понимание ценностной ориентации здоровья (4 место из 11 возможных); понимание влияния употребления табака (и в меньшей мере алкоголя с наркотиками) на жизненно важные качества потребителя (богатство, здоровье, сила, любознательность, веселье); поведение по отношению к употреблению алкоголя от значимых взрослых (согласие); проба неизвестного вещества.

3. Результаты диагностики факторов риска приобщения детей в младшем школьном возрасте к психоактивным веществам на исследуемом классе, свидетельствует об актуальности профилактической работы с данной возрастной группой.

4. Для составления комплекса занятий нами было проанализировано несколько программ по повышению уровня здоровья, программ и авторских методик, направленных на профилактику злоупотребления психоактивными веществами («Все цвета, кроме черного», «Волшебная страна чувств», «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы» и др.).

5. По результатам констатирующего эксперимента и анализа программ, был составлен комплекс занятий «Профилактика возникновения вредных привычек» по минимизации риска возникновения вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ, и состоящим из 9 занятий и 1 родительского собрания.



## Заключение

Очевидно, что разработка и внедрение в практику занятий, способствующих минимизации риска употребления младшими школьниками психоактивных веществ, является одним из приоритетных направлений деятельности учителя по причине омоложения возраста учащихся, вовлеченных в наркотизацию. В тоже время, организаторам воспитательной деятельности необходимо отдавать себе отчет в том, что качественно и полноценно понизить уровень риска употребления младшими школьниками психоактивных веществ не может являться результатом лишь их работы. Это возможно лишь при совместной скоординированной работе с педагогами различных специальностей, государственными учреждениями и родителями младших школьников.

В процессе написания работы решался последовательно ряд исследовательских задач.

В первую очередь была изучена соответствующая психолого-педагогическая литература и рассмотрены сущность и содержания понятий, употребляемых в сфере деятельности, связанной с минимизацией риска приобщения младших школьников к вредным привычкам. Речь идет о таких понятиях, как «привычка», «психоактивные вещества», «наркотизация».

В дальнейшем были рассмотрены наиболее распространенные формы и методы предупреждения приобщения к вредным привычкам детей в современных условиях, выделены те, которые наиболее соответствуют возрастным особенностям младших школьников.

В работе изучены особенности воспитательной деятельности по минимизации риска употребления младшими школьниками запрещенных веществ. Можно сделать вывод о значительном разнообразии применяемых в этой сфере деятельности форм и методов.

В рамках констатирующего эксперимента были выбраны методики, направленные на выявление у учащихся уровня риска возможного употребления психоактивных веществ в будущем.

Методики были проведены на учащихся начальной школы во 2 классе.

По результатам констатирующего эксперимента был разработан комплекс занятий по минимизации риска употребления психоактивных веществ младшими школьниками в соответствии с их возрастными особенностями. Комплекс занятий включает в себя разработки на западающие критерии риска.

К комплексу занятий приложены конспекты внеклассных занятий, с которыми можно ознакомиться в приложении.

Таким образом, главная цель исследования достигнута.

## Список используемой литературы

1. Александров А. А. Ваш ребенок курит?/ А. А. Александров, М. Котова, В. Климович [Электронный ресурс]// <https://www.wikireading.ru/>. – Режим доступа: <https://med.wikireading.ru/103566>. – 03. 03. 2017
2. Александров А.А. Курение и его профилактика в школе/ А. А. Александров, В. Ю. Александрова. – М.: Медиа сфера, 1996.- 96с.
3. Апиш М. Н. Профилактика вредных привычек у младших школьников/ М. Н. Апиш, Л. С. Ильина// Современные проблем и перспективные направления инновационного развития науки: сборник статей Международной научно-практической конференции: в 4 ч.- 2016.- С.72-75.
4. Безруких М. М. Возрастная физиология: физиология развития ребенка: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений/ М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 416с.
5. Безруких М. М. Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников: Пособие для педагогов/ М. М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова. — М.: ВентанаГраф, 2008. — 64с.
6. Большой психологический словарь/ Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко.- М.: Прайм-Еврознак, 2003.- 672с.
7. Большой толковый словарь русского языка/ Под ред. С. А. Кузнецов.- Спб.: Норинт, 2000.- 1536с.
8. Головина Н. Н. Использование здоровьесберегающих технологий в организации работы по наркопрофилактике в начальной школе/ Н. Н. Головина// Вестник Марийского государственного университета. – 2015. - №4. – С.25-29.
9. Горяева Е. П. Первичная профилактика ПАВ. Сборник анкет, тестов/ Е. П. Горяева, Н. В. Стебенева, А. Л. Кузнецова [Электронный

ресурс]// <http://edugol.ru/index.php?id=4>. – Режим доступа:  
<http://edugol.ru/index.php?id=3095>. – 12. 04. 2016

10. Гусева Н. А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами/ Н. А. Гусева. – СПб.: Речь, 2005. – 256с.

11. Зинкевич – Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии/ Т. Д. Зинкевич – Евстигнеева.- СПб.: Речь, 2000.- 310с.

12. Ильенкова Н.А., Мазур Ю.Е. Распространенность употребления табачных изделий среди детей и подростков: анализ влияния табакокурения на состояние здоровья подрастающего поколения // Вопросы современной педиатрии. – М.: ПедиатрЪ, 2011. – № 5. – С.5-9.

13. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы/ Е. П. Ильин.- СПб.: Питер, 2002.- 512с.

14. Ирматова М. Д. Детский алкоголизм как психолого-педагогическая проблема// Исследование инновационного потенциала общества и формирование направлений его стратегического развития: сборник научных статей 4-й Международной научн.-практич. конференции.- 2014.- С. 190-192.

15. Исаев Д. Психиатрия детского возраста. Психопатия развития. Учебник для вузов/ Д. Исаев.- СПб.: СпецЛит, 2013.- 469с.

16. Кичак Е. Детское курение/ Е. Кичак [Электронный ресурс]// <http://skazhynet.ru>.- Режим доступа: <http://skazhynet.ru/detskoe-kurenje>. - 18. 04. 2015

17. Ковалев В.А., Думанский А.Н. «Черная трава забвения»: методика профилактики наркомании у младших школьников (пособие для учителей и родителей, краткая аннотация)/ В.А. Ковалев, А.Н. Думанский// Проблемы семьи и здоровья красноярцев. Исследования, опыт, практические рекомендации: материалы круглого стола общественного движения «Сибирский народный Собор»/ Красноярский гос. педагогич. ун.-т, 2003. – 128с.

18. Комплект плакатов «Профилактика вредных привычек». ФГОС/ под ред.: А. В. Висков, Е. А. Кудрявцева.- Волгоград: Учитель, 2016.
19. Кондрашенко В.Т. Девиантное поведение у подростков: Социал.- псих. и психиатр. Аспекты. – Мн.: Беларусь, 1988. – 207 с.
20. Коробкина З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи: учебн. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 192с.
21. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. – М.: Творческий центр «Сфера». - 2001. – 462с.
22. Кулинич Г. Г. Вредные привычки. Профилактика зависимостей. 1 – 4 классы/ Г. Г. Кулинич. – М.: ВАКО, 2010. – 224с.
23. Кураев Г.А., Пожарская Е.Н. Возрастная психология: Курс лекций . - Ростов-на-Дону: УНИИ валеологии РГУ, 2002. - 146с.
24. Левин, Б.М. Наркомания и наркоманы. Книга для учителя/ Б.М.Левин, М.Б.Левин.- М.: Просвещение, 1991.- 160с.
25. Макеева А. Г. Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем/ А. Г. Макеева. – Вентана – Граф, 2002. – 32с.
26. Макеева А. Г. Профилактика раннего наркотизма у младших школьников/ А. Г. Макеева.- М.- 1995.- 21с.
27. Минин А. Детский алкоголизм/ А. Минин [Электронный ресурс]// <http://fb.ru/>.- Режим доступа: <http://fb.ru/article/29615/detskiy-alkogolizm>. - 18. 04. 2015
28. Монько Л. Г. Влияние психотропных и наркотических веществ на организм человека/ Л. Г. Монько [Электронный ресурс]// <http://kancrb.ru/>.- Режим доступа: <http://kancrb.ru/vliyanie-psixotropnyx-i-narkoticheskix-veshhestv-na-organizm-cheloveka/>. – 06. 05. 2017
29. МР 2.1.10.0033-11 «Состояние здоровья населения в связи с состоянием окружающей среды и условиями проживания населения. Оценка

риска, связанного с воздействием факторов образа жизни на здоровье населения»

30. Николаева Л. П. Уроки профилактики наркомании в школе: пособие для учителя [Электронный ресурс]/ Л. П. Николаева, Д. В. Колесов. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. - 45с.

31. Нуруллина Г. Г. Особенности процесса формирования здорового образа жизни у младших школьников/ Г. Г. Нуруллина// Педагогическое мастерство и педагогические технологии.- 2016.- №1 (7).- С.164-167.

32. Обухова Л. А., Лемяскина Н. А., Жиренко О. Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1 – 4 классы)/ Л. А. Обухова. – М.: ВАКО, 2008. – 288с.

33. Полезные привычки: пособие для учителей: учебное пособие для начальной школы по предупреждению употребления детьми табака и алкоголя/ авторский коллектив: Т. Б. Гречаная и др.; под редакцией О. Л. Романовой; Project HOPE.- Издание 3-е, улучшенное и дополненное.- Ижевск: Удмуртский университет, 2002. - 92с.

34. Попов А. В. Социально – педагогическая профилактика зависимости от психоактивных веществ детей и подростков: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ А. В. Попов, М. В. Данилова, Т. В. Егорова и др.; под ред. В. А. Попова.- М.: Академия, 2013.- 176с.

35. Сирота Н. А. Формирование базисных адаптационных поведенческих стратегий у детей младшего школьного возраста в процессе реализации профилактической программы/ Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, О. В. Петунс// Вопросы наркологии. – 2004. - №1. – С.54-59.

36. Словарь терминов, относящихся к алкоголю, наркотикам и другим психоактивным веществам. – Женева: ВОЗ, 1996. – 80с.

37. Стребков А. И. Антинаркотическая политика в современной России: образовательный аспект [Электронный ресурс].- Режим доступа: [http://www.narkotiki.ru/5\\_5494.htm](http://www.narkotiki.ru/5_5494.htm).- 21.05.2017.

38. Ступницкий В. П. Психология: Учебник для бакалавров/ В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. — 520с.
39. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям/ В. А. Сухомлинский. - Киев: Радянська школа, 1973.- 212с.
40. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования/ Министерство образования и науки Российской Федерации. — М.: Просвещение, 2010.- 31с.
41. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ, ст. 41.
42. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21. 11. 2011 № 323-ФЗ, ст. 4, 12.
43. Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков// Это должен знать каждый [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://мвд.рф/>.- 08.05.2017
44. Хрестоматия по детской психологии / под ред. Г.В. Бурменской,- М.: Наука,- 1996-417с.
45. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции/ О. В. Хухлаева.- М.: Академия, 2008.- 208с.
46. Чистякова М. И. Психогимнастика/ Под ред. М. И. Буянова.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.- 160с.
47. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология)/ И. В. Шаповаленко. — М.: Гардарики, 2005. — 349с.
48. Швецова В. Н. Жизнь без вредных привычек. Учебно-методическое пособие по предупреждению табакокурения в общеобразовательных учреждениях/ В. Н. Швецова, П. П. Миненко, Л. И. Миронова. - Хабаровск: ХК ИППК ПК, 2003. – 60с.

49. Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей/ Под научн. ред. Л.М.Шипицыной и Е.И.Казаковой.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006.- 176с.

50. Эриксон Э. Детство и общество/ Э. Эриксон.- Изд. 2-е, перераб. и доп./ Пер. с англ. — СПб.: Летний сад, 2000.— 416с.

51. Ягнова О.Ю. Уроки разума. Профилактика наркомании и формирование здорового образа жизни у младших школьников. Методическое пособие для учителей/ О. Ю. Ягнова, Н. С. Королева. – Казань: ГОУ СПО «Казанский педагогический колледж», 2007.- 49с.

52. Ягодинский В. Н. ЯЗО Школьнику о вреде никотина и алкоголя: Кн. для учащихся.—М.: Просвещение, 1985.—112с.

53. Яшкова А.Н., Сухарева Н.Ф. Возрастная психология. – М.: Прогресс, 2009. – 88с.



# **ПРИЛОЖЕНИЯ**

## АНКЕТА

Дорогой друг! Перед тобой листок с вопросами. Внимательно прочитай каждый вопрос. Подумай и запиши ответ. Для ответа на некоторые вопросы надо поставить галочку в квадратик. Вот так: [v]. Если какой-то вопрос тебе непонятен, оставь его без ответа: [ ].

Имя \_\_\_\_\_ Фамилия \_\_\_\_\_  
Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

## I часть

По моему мнению, вредные привычки это:

\_\_\_\_\_

Самыми вредными привычками я считаю:

\_\_\_\_\_

Последствиями вредных привычек я считаю:

\_\_\_\_\_

Реклама табака и алкоголя советует людям покупать их. О чем она умалчивает?

\_\_\_\_\_

Какое вредное для здоровья вещество содержится в пиве, вине и водке?

\_\_\_\_\_

Что ты скажешь человеку, предлагающему тебе попробовать пиво?

\_\_\_\_\_

## II часть

Некоторые люди думают, что алкоголь, табак и наркотики безопасны. Как ты думаешь, правда это или ложь? Отметь галочкой нужный квадратик:

[ ] правда [ ] ложь

Некоторые думают, что алкоголь, табак и наркотики приносят вред всем людям на планете. Как ты думаешь, правда это или ложь? Отметь галочкой нужный квадратик:

[ ] правда [ ] ложь

Таблица 1 - Информированность о ПАВ и последствиях их употребления

№ п\п	Имя, фамилия	Количество баллов
1	Софья А.	7
2	Айзада Б.	4
3	Екатерина Б.	9
4	Роман В.	11
5	Полина И.	4
6	Артем К.	9
7	Никита К.	7
8	Полина Л.	8
9	Александр М.	3
10	Анастасия М.	12
11	Лера М.	5
12	Иван Н.	4
13	Оскар Н.	6
14	Юлия Н.	7
15	Дмитрий П.	8
16	Соня П.	11
17	Даниил Р.	8
18	Наталья Р.	7
19	Ксения Р.	11
20	Алина С.	9
21	Виктория С.	4
22	Виктория Т.	9
23	Максим Т.	6
24	Виктория Ш.	8

Таблица 2 - Уровень информированности о ПАВ и последствиях их употребления

№ п\п	Имя , фамилия	Уровень		
		высокий	средний	низкий
1	Софья А.		+	
2	Айзада Б.			+
3	Екатерина Б.		+	
4	Роман В.	+		
5	Полина И.			+
6	Артем К.		+	
7	Никита К.		+	
8	Полина Л.		+	
9	Александр М.			+
10	Анастасия М.	+		
11	Лера М.		+	
12	Иван Н.			+
13	Оскар Н.		+	
14	Юлия Н.		+	
15	Дмитрий П.		+	
16	Соня П.	+		
17	Даниил Р.		+	
18	Наталья Р.		+	
19	Ксения Р.	+		
20	Алина С.		+	
21	Виктория С.			+
22	Виктория Т.		+	
23	Максим Т.		+	
24	Виктория Ш.		+	

**Методика «Может ли...»**

Исследование отношения ребенка к потребителям ПАВ (опрос «Да-нет»)

*Инструкция:* «Сейчас мы будем играть в игру «шифровщики». Я буду задавать вопросы, которые «зашифрованы» в цифрах на карточках с цифрами. На вопросы нужно отвечать тоже «шифровкой» - если вы отвечаете на вопрос «да», то кладете карточку с номером вопроса в конверт, на котором красным написано «ДА», если «нет», то в конверт с «НЕТ» (происходит демонстрация конвертов). Попробуем. Я задаю первый вопрос, вы достаньте карточку с цифрой один. Первый вопрос – «Ты мальчик?», мальчики кладут карточку с цифрой один в конверт, на котором написано «ДА», а девочки в какой? В синий с «НЕТ». Дальше, достаньте карточку 2, второй вопрос...».

*Вопросы:*

1. Ты – мальчик?
2. Может ли человек, который курит, быть любопытным, получать новые необычные ощущения
3. Может ли человек, который курит, быть здоровым, никогда не болеть
4. Может ли человек, который курит, быть богатым, покупать себе все, что захочется
5. Может ли человек, который курит, постоянно развлекаться: гулять, играть, смотреть телевизор
6. Может ли человек, который курит, нравиться людям, дружить со всеми
7. Может ли человек, который курит, хорошо учиться
8. Может ли человек, который курит, быть сильным, уметь заставить других делать то, что ему нравится, влиять на других
9. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), быть любопытным, получать новые необычные ощущения
10. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), быть здоровым, никогда не болеть
11. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), быть богатым, покупать себе все, что захочется.
12. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), постоянно развлекаться: гулять, играть, смотреть телевизор
13. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), нравиться людям, со всеми дружить

14. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), хорошо учиться

15. Может ли человек, который выпивает (пьет вино, водку), быть сильным, уметь заставить других делать то, что ему нравится, влиять на других

16. Может ли человек, который принимает наркотики, быть любопытным, получать новые необычные ощущения.

17. Может ли человек, который принимает наркотики, быть здоровым, никогда не болеть

18. Может ли человек, который принимает наркотики, быть богатым, покупать себе все, что захочется

19. Может ли человек, который принимает наркотики, постоянно развлекаться: гулять, играть, смотреть телевизор.

20. Может ли человек, который принимает наркотики нравится людям. Может ли быть у него много друзей

21. Может ли человек, который принимает наркотики хорошо учиться

22. Может ли человек, который принимает наркотики, быть сильным, уметь заставить других делать то, что ему нравится, влиять на других




23. Ты учишься в ... классе (исследователь называет класс, в котором проводится опрос)

### Исследование ценностных ориентаций




*Инструкция:* «Перед вами три человечка. Первый человечек - хорошо учится, второй - нравится другим, со всеми дружит, третий - может купить все, что хочет, он - богатый. Во всём остальном они ничем не отличаются друг от друга. Каким из этих человечков ты больше всего хотел бы быть? Обведи его в кружочек. А теперь из оставшихся человечков, которые не обведены, на кого тебе хотелось бы больше быть похожим? Подчеркни этого человечка. Теперь проверь, на карточке должен быть обведен один человечек, один подчеркнут. Возьми другую карточку. На этой карточке тоже три человечка, один из них здоровый, другой - веселый, развлекается, третий хорошо учится. Обведи того человечка, на которого ты хочешь быть похожим больше. Теперь посмотри на необведенных человечков. Подчеркни того человечка, на которого ты хотел бы быть похож из необведенных человечков...»

## Опросный лист «Ценностные ориентации»




Карточка 1

 Хорошо учится.	 Нравится другим. Со всеми дружит.	 Может купить, что захочет. Богатый.
---	--	--




Карточка 2

 Нравится другим. Со всеми дружит.	 Никогда не болеет. Здоровый.	 Может заставить других делать то, что ему хочется. Сильный.
---	--	---




Карточка 3

 Получает новые, необычные ощущения. Любопытный.	 Может купить, что захочет. Богатый.	 Никогда не болеет. Здоровый.
---	---	--




Карточка 4

 Может заставить других делать то, что ему хочется. Сильный.	 Хорошо учится.	 Получает новые, необычные ощущения. Любопытный.
---	---	---

Карточка 5

 Развлекается: играет, смотрит телевизор, гуляет. Весёлый.	 Получает новые, необычные ощущения. Любопытный.	 Нравится другим. Со всеми дружит.
---	---	---

Карточка 6

 Может купить, что захочет. Богатый	 Может заставить других делать то, что ему хочется. Сильный.	 Развлекается: играет, смотрит телевизор, гуляет. Весёлый.
---	---	---

Карточка 7




 Никогда не болеет. Здоровый.	 Развлекается: играет, смотрит телевизор, гуляет. Весёлый.	 Хорошо учится.
--	---	---

Таблица 1 - Результаты исследования ценностных ориентаций учащихся

№	Имя	Балл Ценность	Новые, необычные ощущения	Здоровье	Богатство	Развлечения	Дружба, принятие со стороны других	Успех в учебной деятельности («хорошо учиться»)	Сила, влияние на других
1	Софья А.	2	1	0	0	2	1	3	0
		1	1	1	2	1	2	0	0
		0	1	2	1	0	0	0	3
2	Айзада Б.	2	0	0	1	1	2	3	0
		1	1	2	1	2	1	0	1
		0	2	1	1	0	0	0	2
3	Екатерина Б	2	0	1	0	2	3	1	0
		1	1	2	2	1	0	1	0
		0	2	0	1	0	0	1	3
4	Роман В	2	0	0	2	2	0	0	3
		1	2	1	1	0	3	0	0
		0	1	2	0	1	0	3	0
5	Полина И.	2	0	1	0	1	3	2	0
		1	2	2	2	0	0	1	0
		0	1	0	1	2	0	0	3
6	Артем К	2	0	0	1	2	1	0	3
		1	2	1	1	1	2	0	0
		0	1	2	1	0	0	3	0
7	Никита К.	2	2	0	0	0	3	1	1
		1	1	3	1	0	0	2	0
		0	0	0	2	3	0	0	2
8	Полина Л.	2	1	0	0	2	1	3	0
		1	1	1	2	1	2	0	0
		0	1	2	1	0	0	0	3
9	Александр М.	2	0	0	2	2	0	0	3
		1	2	1	1	0	3	0	0
		0	1	2	0	1	0	3	0
10	Анастасия М.	2	0	0	1	1	2	3	0
		1	1	2	1	2	1	0	1
		0	2	1	1	0	0	0	2
11	Лера М.	2	0	0	1	2	3	1	0
		1	2	0	2	1	0	1	1
		0	1	3	0	0	0	1	2
12	Иван Н.	2	0	3	0	1	1	2	0
		1	2	0	1	1	2	1	1
		0	1	0	2	1	0	0	2
13	Оскар Н.	2	0	0	2	3	1	0	1
		1	1	2	0	0	2	0	2
		0	2	1	1	0	0	3	0



14	Юлия Н.	2	0	2	1	1	2	2	0
		1	1	1	1	1	1	1	0
		0	2	0	1	1	0	0	3
15	Дмитрий П.	2	0	0	2	3	1	0	1
		1	1	2	0	0	2	0	2
		0	2	1	1	0	0	3	0
16	Соня П.	2	1	0	0	2	1	3	0
		1	1	1	2	1	2	0	0
		0	1	2	1	0	0	0	3
17	Даниил Р.	2	1	2	0	1	3	0	0
		1	2	1	0	0	0	3	1
		0	0	0	3	2	0	0	2
18	Наталья Р.	2	1	0	3	1	0	0	2
		1	2	2	0	1	1	0	1
		0	0	1	0	1	2	3	0
19	Ксения Р.	2	0	2	1	1	2	2	0
		1	1	1	1	1	1	1	0
		0	2	0	1	1	0	0	3
20	Алина С.	2	0	3	0	1	1	2	0
		1	0	0	2	2	2	0	1
		0	3	0	1	0	0	1	2
21	Виктория С	2	0	0	2	3	1	0	1
		1	1	2	0	0	2	0	2
		0	2	1	1	0	0	3	0
22	Виктория Т	2	0	3	0	1	1	2	0
		1	0	0	2	2	2	0	1
		0	3	0	1	0	0	1	2
23	Максим Т.	2	1	2	0	0	1	1	1
		1	1	1	0	1	2	2	0
		0	1	0	3	2	0	0	2
24	Виктория Ш.	2	0	3	0	1	1	2	0
		1	0	0	2	2	2	0	1
		0	3	0	1	0	0	1	2

Приложение Б

Таблица 2 - Выявление относительного веса каждой ценности, коэффициента

№ п\п	Имя, фамилия	Новые, необычные ощущения, К <sub>1</sub>	Здоровье, К <sub>2</sub>	Богатство, К <sub>3</sub>	Развлечения, К <sub>4</sub>	Дружба, принятие со стороны других, К <sub>5</sub>	Успех в учебной деятельности («хорошо учиться»), К <sub>6</sub>	Сила, влияние на других, К <sub>7</sub>
1	Софья А.	3	1	2	5	4	6	0
2	Айзада Б.	1	2	3	4	5	6	1
3	Екатерина Б.	1	4	2	5	6	3	0
4	Роман В.	2	1	5	4	3	0	6
5	Полина И.	2	4	2	2	6	5	0
6	Артем К.	2	1	3	5	4	0	6
7	Никита К.	5	3	1	0	6	4	2
8	Полина Л.	3	1	2	5	4	6	0
9	Александр М.	2	1	5	4	3	0	6
10	Анастасия М.	1	2	3	4	5	6	1
11	Лера М.	2	0	4	5	6	3	1
12	Иван Н.	2	6	1	3	4	5	1
13	Оскар Н.	1	2	4	6	4	0	4
14	Юлия Н.	1	5	3	3	5	5	0
15	Дмитрий П.	1	2	4	6	4	0	4
16	Соня П.	3	1	2	5	4	6	0
17	Даниил Р.	4	5	0	2	6	3	1
18	Наталья Р.	4	2	6	3	1	0	3
19	Ксения Р.	1	5	3	3	3	5	0
20	Алина С.	2	0	4	5	6	3	1
21	Виктория С.	1	2	4	6	4	0	4
22	Виктория Т.	0	6	2	4	4	4	1
23	Максим Т.	3	5	0	1	4	4	2
24	Виктория Ш.	0	6	2	4	4	4	1
Общий ценности	балл	47	67	66	94	105	78	45

Таблица 3 - Результаты ответов на вопросы о возможностях потребителя психоактивных веществ в баллах

№ п/п	Дети	Баллы																				
		I <sub>1</sub>	I <sub>2</sub>	I <sub>3</sub>	I <sub>4</sub>	I <sub>5</sub>	I <sub>6</sub>	I <sub>7</sub>	G <sub>1</sub>	G <sub>2</sub>	G <sub>3</sub>	G <sub>4</sub>	G <sub>5</sub>	G <sub>6</sub>	G <sub>7</sub>	J <sub>1</sub>	J <sub>2</sub>	J <sub>3</sub>	J <sub>4</sub>	J <sub>5</sub>	J <sub>6</sub>	J <sub>7</sub>
1	Софья А.	-1	+1	-1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	+1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	+1
2	Айзада Б.	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
3	Екатерина Б.	+1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
4	Роман В.	-1	+1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	+1	-1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
5	Полина И.	+1	+1	-1	+1	+1	-1	-1	-1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	-1
6	Артем К.	-1	+1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	+1	-1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	-1
7	Никита К.	-1	+1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1
8	Полина Л.	+1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	+1
9	Александр М.	-1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	-1	+1	-1	+1	-1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	-1
10	Анастасия М.	+1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
11	Лера М.	+1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	+1
12	Иван Н.	-1	+1	-1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
13	Оскар Н.	-1	+1	-1	-1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
14	Юлия Н.	+1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	-1
15	Дмитрий П.	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	+1
16	Соня П.	+1	+1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	+1	-1	+1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1
17	Даниил Р.	-1	-1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	+1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	+1
18	Наталья Р.	+1	+1	-1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	+1
19	Ксения Р.	+1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	+1
20	Алина С.	-1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1
21	Виктория С.	-1	+1	-1	+1	-1	-1	-1	-1	+1	-1	+1	-1	+1	-1	-1	+1	-1	+1	+1	+1	-1
22	Виктория Т.	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	+1
23	Максим Т.	-1	-1	-1	-1	-1	+1	+1	+1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	+1	+1	+1	-1	+1	+1	+1
24	Виктория Ш.	-1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	-1	-1	+1	+1	-1	+1	+1	+1

Таблица 4 - Выявление значения оценочного компонента антинаркотической установки

№ п\п	Имя, фамилия	Отношение к курению	Отношение к употреблению алкоголя	Отношение к употреблению наркотиков	Значение оценочного компонента антинаркотической установки
1	Софья А.	-7	1	1	-5
2	Айзада Б.	4	10	12	26
3	Екатерина Б.	1	7	9	17
4	Роман В.	-19	-19	9	-29
5	Полина И.	7	5	17	29
6	Артем К.	-19	-7	-1	-27
7	Никита К.	-15	-1	5	-11
8	Полина Л.	-5	17	11	23
9	Александр М.	-7	-11	-5	-23
10	Анастасия М.	2	2	12	16
11	Лера М.	11	11	9	31
12	Иван Н.	0	2	12	14
13	Оскар Н.	-9	-1	7	-3
14	Юлия Н.	16	16	16	42
15	Дмитрий П.	-1	3	11	13
16	Соня П.	-3	9	5	11
17	Даниил Р.	-3	9	17	23
18	Наталья Р.	7	-1	-1	5
19	Ксения Р.	14	14	12	40
20	Алина С.	-9	-3	-3	-15
21	Виктория С.	-5	-5	3	-7
22	Виктория Т.	7	7	9	23
23	Максим Т.	3	9	16	28
24	Виктория Ш.	-5	11	13	19

Таблица 5 - Распределение испытуемых по степени риска приобщения к потреблению психоактивных веществ

№ п\п	Имя , фамилия	Уровень		
		высокий	средний	низкий
1	Софья А.		+	
2	Айзада Б.			+
3	Екатерина Б.		+	
4	Роман В.	+		
5	Полина И.		+	
6	Артем К.	+		
7	Никита К.		+	
8	Полина Л.			+
9	Александр М.	+		
10	Анастасия М.		+	
11	Лера М.			+
12	Иван Н.		+	
13	Оскар Н.		+	
14	Юлия Н.			+
15	Дмитрий П.		+	
16	Соня П.		+	
17	Даниил Р.			+
18	Наталья Р.		+	
19	Ксения Р.			+
20	Алина С.		+	
21	Виктория С.		+	
22	Виктория Т.		+	+
23	Максим Т.			+
24	Виктория Ш.		+	

### Методика «Приключения Кузи и Фани»

*Инструкция:* «Все мы знаем, что такое комиксы - это такие книжки, в которых картинок больше, чем слов. Словно застывшие мультфильмы. В комиксах слова героев пишут в таких «облачках». Давайте придумаем и допишем текст к картинкам. Интересно и здорово получится, если каждый из вас сделает все самостоятельно, и у нас получится много разных комиксов.

На первой картинке нарисован мальчик или девочка. Это Кузя и Фаня. Им столько же лет, сколько и вам. На этих карточках нарисованы ситуации, в которые попадают наши друзья. Подумайте, что скажет или сделает Кузя или Фаня на картинке в разных ситуациях. Напишите это в облачке. Постарайтесь придумать, как поступит Кузя или Фаня, если ко всему, что происходит, они относятся серьезно.

Если будет непонятно, что нарисовано или не разобрать, что написано, не стесняйтесь, спрашивайте меня. Только сначала поднимите руку.

#### *Тестовые задания.*

##### Карточка №1: «Мальчик или девочка».

Посмотри, это мальчик Кузя (девочка Фаня). Ему (ей) столько же лет, сколько и тебе. Сколько?

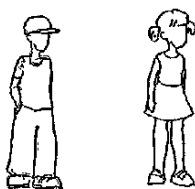


Рис.1

Дальше на карточках нарисованы ситуации, в которые попадает Кузя (Фаня). Посмотри, что происходит и придумай, что подумает, скажет или сделает Кузя (Фаня). Говори от его лица, как если бы озвучивал мультик. Нельзя давать шуточные ответы. Постарайся придумать, как поступит Кузя (Фаня), если ко всему, что происходит он(а) относится серьезно. Если будет непонятно, что нарисовано или написано, не стесняйся, спрашивай.

Карточка №2: Пассивное курение: «Взрослый курит под знаком, запрещающим курение, герой стоит рядом».

Что подумает и сделает Кузя (Фаня)?



Рис.2

Карточка №3: Предложение пробы алкоголя со стороны значимого взрослого на праздник.

Дома на Новый год мама говорит: «С праздником, сынок (доченька)! Хочешь немного шампанского?» Что ответит Кузя (Фаня).



Рис.3

Карточка №4: Предложение пробы табака со стороны сверстника того же пола.

Летом Кузя (Фаня) гулял(а) во дворе с другом (подругой). Друг(подруга) нашел (нашла) пачку сигарет и говорит: «Смотри, что мы нашли! – Сигареты. Прикольно! Попробуем?»



Рис.4

Карточка №5: Проба неизвестного вещества, некритичное вовлечение в наркотизацию.

Летом Кузя (Фаня) был(а) в деревне и забежал(а) в дом, на столе бутылка с жидкостью. Кузя(Фаня) думает: «Пить ужасно хочется. Что это в бутылке? Попробовать?» Что он(а) сделает?

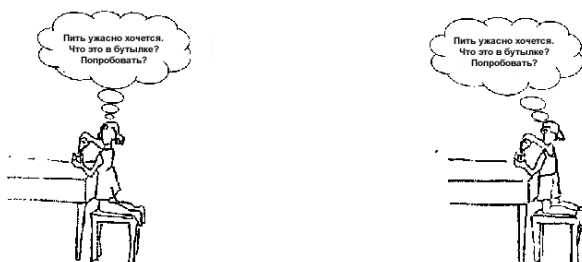


Рис.5

Карточка №6: Пассивное курение: «Слева экран. Перед экраном на первом ряду сидят подростки и курят, дым распространяется на два последующих ряда. Третий ряд условно свободен от дыма»

Отметь крестиком, где сядет Кузя (Фаня) в кинозале. Почему ты так думаешь?



Покажи, где сядет Фаня в кинозале? Почему?



Покажи, где сядет Кузя в кинозале? Почему?

Рис.6

Карточка №7: Предложение пробы алкоголя значимым взрослым.

Кузя(Фаня) с папой возвращались домой, и папа говорит: «Пить хочешь? Ладно, можешь отхлебнуть у меня немного пива..» Что скажет Кузя (Фаня)?

Фаня с папой возвращались домой



Кузя с папой возвращались домой



Рис.7



Карточка №8: Предложение пробы табака со стороны группы сверстников.

Вечером в лагере Кузя(Фаня) вышел (вышла) погулять и увидел(а) друзей (подруг). Один (одна) говорит: «Будешь курить?», другой(ая): «Давай с нами!» Что ответит и сделает Кузя(Фаня)?



Рис.8

Карточка №9: Предложение пробы алкоголя со стороны группы сверстников того же пола.

Летом в деревне Кузя(Фаня) встретил(а) друзей (подруг). Один (одна) из них говорит: «У меня день рождения. Выпьешь за мое здоровье?» Что скажет и сделает Кузя (Фаня)?



Рис.9

Карточка №10: Предложение пробы неизвестного вещества со стороны сверстников. Некритичное вовлечение в наркотизацию.

Дома у друзей Кузе(Фане) девочка наливает что-то и говорит: «Что это? Попробуем. Тебе налить?» Что скажет и сделать Кузя(Фаня)?



Рис.10

Карточка №11: Проба алкоголя в одиночестве.

Дома после праздника Кузя(Фаня) увидел(а) на столе стакан и подумал(а): «О, в стакане осталось немного вина. Выпить?»



Рис.11

Таблица 1 - Протокол обследования по методике «Приключения Кузи и Фани»

№	Имя, фамилия				№	Имя, фамилия			
<b>1</b>	<b>Софья А.</b>				<b>2</b>	<b>Айзада Б.</b>			
Тест овое задание	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	+1	1	1		Карточка №3	+1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	-1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	+1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	-1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	<b>5</b>				<b>Итог</b>	<b>9</b>			
№	Имя, фамилия				№	Имя, фамилия			
<b>3</b>	<b>Екатерина Б.</b>				<b>4</b>	<b>Роман В.</b>			
Тестовое задание	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазия		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	+1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	+1	1	1		Карточка №7	-1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	-1	1	1	

Карточка №11	-1	1	1		Карточка №11	-1	1	1	
<b>Итог</b>	5				<b>Итог</b>	3			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>5</b>	Полина И.				<b>6</b>	Артем К.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	+1	1	1		Карточка №7	-1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	-1	1	1		Карточка №10	-1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	-1	1	1	
<b>Итог</b>	5				<b>Итог</b>	1			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>7</b>	Никита К.				<b>8</b>	Полина Л.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн/фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	+1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	-1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	-1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	3				<b>Итог</b>	9			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>9</b>	Александр М.				<b>10</b>	Анастасия М.			

Тестовое задание	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	+1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	-1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	-1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	5				<b>Итог</b>	7			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>11</b>	Лера М.				<b>12</b>	Иван Н.			
Тестовое задание	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	+1	1	1		Карточка №3	+1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	0			
Карточка №7	+1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	-1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	-1	1	1	
<b>Итог</b>	9				<b>Итог</b>	4			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>13</b>	Оскар Н.				<b>14</b>	Юлия Н.			
Тестовое задание	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир

	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	+1	1	1		Карточка №3	+1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	-1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	-1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	-1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	3				<b>Итог</b>	9			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>15</b>	Дмитрий П.				<b>16</b>	Соня П.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	-1	1	1	
Карточка №6	0				Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	-1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	4				<b>Итог</b>	5			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>17</b>	Даниил Р.				<b>18</b>	Наталья Р.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			

	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	-1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	-1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	-1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	5				<b>Итог</b>	3			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>19</b>	Ксения Р.				<b>20</b>	Алина С.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	-1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	+1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	-1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	-1	1	1	
<b>Итог</b>	5				<b>Итог</b>	3			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>21</b>	Виктория С.				<b>22</b>	Виктория Т.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			

	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	+1	1	1	
Карточка №6	+1	1	1		Карточка №6	0			
Карточка №7	+1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	7				<b>Итог</b>	6			
<b>№</b>	Имя, фамилия				<b>№</b>	Имя, фамилия			
<b>23</b>	Максим Т.				<b>24</b>	Виктория Ш.			
<b>Тестовое задание</b>	Код					Код			
	Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир		Проба/отказ	Аргументация	Реактив./актив	Реальн./фантазир
Карточка №2	0				Карточка №2	0			
Карточка №3	-1	1	1		Карточка №3	-1	1	1	
Карточка №4	+1	1	1		Карточка №4	+1	1	1	
Карточка №5	+1	1	1		Карточка №5	-1	1	1	
Карточка №6	0				Карточка №6	+1	1	1	
Карточка №7	-1	1	1		Карточка №7	+1	1	1	
Карточка №8	+1	1	1		Карточка №8	+1	1	1	
Карточка №9	+1	1	1		Карточка №9	+1	1	1	
Карточка №10	+1	1	1		Карточка №10	+1	1	1	
Карточка №11	+1	1	1		Карточка №11	+1	1	1	
<b>Итог</b>	4				<b>Итог</b>	5			



Таблица 2 - Поведенческая готовность в наркогенных ситуациях

Вещество	Тип ситуации	№ карточек	Проба/отказ	Аргументация	Реактив/актив.	Фантаст. Ответы
Табак	Пассивное курение	2	24	0	0	
		6	4	0	0	
	Предложение пробы табака со стороны сверстника	4	0	0	0	
	Предложение пробы со стороны группы сверстников	8	0	0	0	
Алкоголь	Предложение алкоголя со стороны значимых взрослых	3	15	0	0	
		7	8	0	0	
	Предложение алкоголя со стороны сверстников	9	0	0	0	
	Потенциальная проба алкоголя в одиночестве	11	7	0	0	
Неизвестное вещество	Проба неизвестного вещества.	5	5	0	0	
	Предложение пробы неизвестного вещества (некритичное вовлечение в наркотизацию)	10	9	0	0	

Таблица 3 - Уровень мотивов, побуждающих детей употреблять ПАВ

№ п\п	Имя , фамилия	Уровень		
		высокий	средний	низкий
1	Софья А.		+	
2	Айзада Б.		+	
3	Екатерина Б.		+	
4	Роман В.		+	
5	Полина И.		+	
6	Артем К.		+	
7	Никита К.		+	
8	Полина Л.		+	
9	Александр М.		+	
10	Анастасия М.		+	
11	Лера М.		+	
12	Иван Н.		+	
13	Оскар Н.		+	
14	Юлия Н.		+	
15	Дмитрий П.		+	
16	Соня П.		+	
17	Даниил Р.		+	
18	Наталья Р.		+	
19	Ксения Р.		+	
20	Алина С.		+	
21	Виктория С.		+	
22	Виктория Т.		+	
23	Максим Т.		+	
24	Виктория Ш.		+	

Таблица 4 - Общий показатель успешности работы ребенка

№ п\п	Имя, фамилия	Методика 1, количество баллов	Методика 2, количество баллов	Методика 3, количество баллов	Общий показатель, количество баллов
1	Софья А.	7	-5	5	7
2	Айзада Б.	4	26	9	39
3	Екатерина Б.	9	17	5	31
4	Роман В.	11	-29	3	-15
5	Полина И.	4	29	5	38
6	Артем К.	9	-27	1	-17
7	Никита К.	4	-11	3	-4
8	Полина Л.	8	23	9	40
9	Александр М.	3	-23	5	-15
10	Анастасия М.	12	16	7	35
11	Лера М.	5	31	9	45
12	Иван Н.	4	14	4	22
13	Оскар Н.	6	-3	3	6
14	Юлия Н.	7	42	9	58
15	Дмитрий П.	4	13	4	21
16	Соня П.	9	11	5	25
17	Даниил Р.	4	23	5	32
18	Наталья Р.	7	5	3	15
19	Ксения Р.	11	40	5	56
20	Алина С.	9	-15	3	-3
21	Виктория С.	4	-7	7	4
22	Виктория Т.	9	23	6	38
23	Максим Т.	6	28	4	38
24	Виктория Ш.	8	19	5	32

Таблица 5 - Сводная таблица данных об учащихся 2А класса по риску сформированности вредных привычек

№ п\п	Имя , фамилия	Уровень		
		высокий	средний	низкий
1	Софья А.		+	
2	Айзада Б.		+	
3	Екатерина Б.		+	
4	Роман В.		+	
5	Полина И.		+	
6	Артем К.		+	
7	Никита К.		+	
8	Полина Л.		+	
9	Александр М.		+	
10	Анастасия М.		+	
11	Лера М.			+
12	Иван Н.		+	
13	Оскар Н.		+	
14	Юлия Н.			+
15	Дмитрий П.		+	
16	Соня П.		+	
17	Даниил Р.		+	
18	Наталья Р.		+	
19	Ксения Р.			+
20	Алина С.		+	
21	Виктория С.		+	
22	Виктория Т.		+	
23	Максим Т.		+	
24	Виктория Ш.		+	

### **Ты дорожишь своим здоровьем?**

*Цель:* продвижение здорового образа жизни и двигательной активности..

*Задачи:* уточнить значение понятия «здоровье»; повторить правила безопасного и ответственного поведения; учить анализировать ситуацию и на этой основе принимать правильное решение; показать на примерах взаимосвязь принятия правильного решения и сохранения здоровья; пропагандировать двигательную активность; формировать навыки по сохранению здоровья.

*Учитель:* Сегодня мы поговорим с вами об очень важных вещах. Как вы думаете, о каких понятиях мы будем сегодня разговаривать?

Все ли знают, что такое здоровье и надо ли им дорожить? И как это делается? И почему это надо делать? Что такое быть здоровым?

(Дети должны придти, примерно, к таким выводам, что быть здоровым - это хорошо себя чувствовать, не принимать лекарства, когда у тебя хорошее самочувствие и настроение, когда у тебя ничего не болит и хороший аппетит).

Здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия.

*Учитель с детьми вместе:*

1. Когда силен ты и здоров, то не боишься докторов.
2. Когда здоровы мы, зима нам не угроза.  
Лишь щеки покраснеют от мороза.
3. Когда здоров, ты меньше обижаешься.

Ты счастлив, ты смеешься и людям улыбаешься.

*Учитель:* Ребята, вы правы. Когда человек здоров, то все у него ладится: и настроение, и аппетит, и работоспособность хорошая. А почему человек старается беречь свое здоровье?

(Дети должны придти, примерно, к таким выводам, что человек старается беречь своё здоровье, чтобы долго жить, не расстраивать себя и близких заболеваниями, жить и радоваться, а не лежать в кровати и болеть, чтобы быть в форме и сделать много хороших дел, многого добиться, потому что из-за болезни дела не ладятся).

*Учитель:* А вот идет мальчик. Поинтересуемся, как у него дела? (Заходит ученик старших классов в роли Лежебоки).

*Учитель:* Кто ты, мальчик? (мальчик читает стихотворение, в котором говорится, что он любит лежать на диване, есть конфеты).

Ребята, что вы можете сказать такому человеку? Бережет ли он своё здоровье?

(Дети должны придти, примерно, к таким выводам, что Лежебока ленивый, нельзя долго валяться на диване, потому что можно стать толстым и неуклюжим; нельзя есть много сладкого, можно испортить здоровые зубы, лучше есть фрукты; нельзя есть лёжа и всегда есть, для еды есть определенное время и место; надо часто двигаться, помогать родителям по дому; в движении развивается наше тело и мускулы; лучше гулять на свежем воздухе и др.).

*Учитель:* Вот так и начинается воспитание силы воли. Знать и понять, что для тебя полезно. Потом убедить себя это полезное надо сделать. А чтобы Лежебоке и другим ребятам, у которых есть проблемы с ленью, было бы проще воспитывать силу воли, мы им поможем.

#### *Оздоровительная минутка.*

*Учитель:* Давайте посмотрим на другого мальчика (другой старшеклассник заходит в класс), который рассказывает, что помогает родителям и не ленится.

Вот так умеют справляться настоящие мужчины с ленью. И она не сможет помешать ни вашему поведению, ни вашему здоровью. Тот, кто много двигается и работает, укрепляет тем самым и свое здоровье. Но кто же это идет снова к нам?

*Заходит мальчик, который не слушал родителей, не одевался тепло и заболел.*

*Учитель:* Если лень становится привычной - это очень плохо. Но и непослушание - тоже не лучше. Сколько бед, болезней и неприятностей может принести ваше непослушание. О чем же так часто предупреждают вас взрослые? Давайте поработаем в группах.

(Дети должны придти, примерно, к таким выводам, что взрослые часто предупреждают об опасности колющих и режущих предметов; не поднимать незнакомые предметы на улице, потому что они могут быть опасными; нельзя дома самому без взрослых брать и принимать какие-то таблетки, потому что можно отравиться; надо быть очень осторожными при обращении с газом и электричеством, чтобы не получился взрыв или пожар: когда ты дома один, нельзя открывать дверь незнакомым людям и другие правила безопасного поведения).

Дети (по очереди читают по одной строчке).

Я умею делать выбор.  
Ну а вы все так смогли бы?  
Тонкий лед? Я не катаюсь.  
Холодно? Я одеваюсь.  
Хотя плавать мне легко,  
Не заплываю далеко.  
Гроза грохочет надо мной,  
Значит, сразу я домой.  
Закурить мне предлагают,  
Это сразу отвергаю.  
Незнакомый вдруг  
предмет?  
Для меня там места нет.

А незнакомец подзовет?  
Нет, меня мама дома ждет.  
По деревьям только с  
папой  
В дачном лазаем саду.  
Если же оборван провод,  
Его лучше обойду.  
Ну а лень вдруг одолела,  
Сразу я берусь за дело.  
Проявляю я терпенье,  
Выбираю я движенье.  
Быть несчастным не  
желаю,  
Я здоровье выбираю.

*Учитель:* Не ленитесь двигаться, потому что движение - это жизнь. Человек должен двигаться, укрепляя все свое тело, напрягая мышцы. Делайте правильный выбор, выбирайте здоровье и жизнь. Не ленитесь подумать, прежде чем принять какое-то решение.

Часто взрослые решают за вас, как следует поступать. У взрослых людей, ваших родителей, учителей, уже есть большой опыт. Они точно знают, как надо поступать в той или иной ситуации, потому что результат им заранее известен.

*Учитель и дети (вместе делают выводы):* Родителей и учителей надо слушать, потому что у них есть большой жизненный опыт. Они знают последствия неправильного выбора. Сделав неправильный выбор, мы уже сами несем за него ответственность. Прежде чем решить, как поступать, надо вспомнить о тех результатах, о которых тебя предупреждали взрослые.

- Сделать правильный выбор - это не всегда просто. Для этого нужна сила воли.
- Силу воли надо воспитывать постоянно, преодолевая свою лень, капризы и непослушание.
- Принимая правильное решение, мы сохраняем свое здоровье, здоровье своих близких, а иногда и других людей.

- Ребята, какие выводы вы сделали для себя на занятии, что нового для себя узнали?
- Давайте по кругу пожелаем друг другу что-нибудь хорошее.
- Спасибо вам за активное участие, до свидания!

## Как ты растёшь

Однажды папа принёс ребятам книгу о том, как растёт и развивается человек и что нужно знать и делать, чтобы быть здоровым.

На что дети ответили, что всё знают, и это есть у них в учебнике, им рассказывали на уроках.

Папа ответил, что всё же уверен, что очень много чего ещё они не знают. Он им предложил попробовать ответить хотя бы на такие вопросы: Когда человек быстрее всего растёт? Почему в это время нужно особенно бережно относиться к себе и своему здоровью?

Ответить на эти вопросы действительно непросто, поэтому ребята попросили вас им помочь, а папа дал нам подсказки.

### Задание 1.

Сейчас ты очень быстро растёшь, поэтому твой организм нуждается в особой заботе. Найди рисунок, соответствующий твоему возрасту, и обведи его.



### Задание 2.

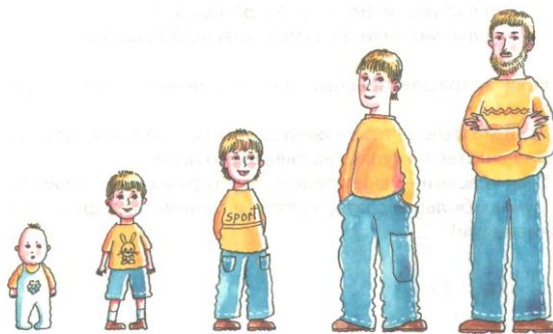
Когда человек растёт, изменяются не только длина тела и вес, но и внутренние органы. Ты можешь узнать, как работает твоё сердце. Спокойно посиди 5 минут и после этого посчитай количество ударов сердца (пульс) в минуту, как показано на рисунке.



Частота пульса у людей меняется с возрастом. Рассмотрите внимательно рисунки и закончите предложение: *Чем старше становится человек, тем*

\_\_\_\_\_.





Возраст	1 год	6-7 лет	10-11 лет	16-17 лет	30 лет
Частота пульса	135-140	90-95	84-86	70-78	60-70

Посчитай, насколько частота пульса у ребёнка 9—10 лет меньше, чем у дошкольника. \_\_\_\_\_.

### Задание 3.

Измерив пульс, ты узнаешь, в каком состоянии твой организм, и можешь ли ты успешно справляться с нагрузками. Для этого есть простой способ - посчитай свой пульс после того, как сделаешь 20 прыжков или приседаний. Сравни результаты. Раскрась соответствующий кружок.

- пульс увеличился на 10–12 ударов
- пульс увеличился на 40–50 ударов
- пульс увеличился более чем на 50 ударов

Если закрашен зелёный кружок, значит, у тебя хорошее здоровье.

Если жёлтый - тебе нужно заботиться о своём здоровье - больше двигаться и гулять на свежем воздухе.

Если красный - внимательно посмотри на свой режим дня - тебе нужно больше спать, гулять и заниматься физическими упражнениями!

О здоровье организма можно судить не только по частоте пульса, но и по частоте дыхания. Чем больше нагрузка, тем чаще дыхание. Частоту дыхания ты можешь определить, посчитав количество вдохов-выдохов в минуту.

Сравни частоту дыхания в покое и после выполнения 20 приседаний или прыжков. Раскрась соответствующий кружок.

Если закрашен красный кружок, обязательно делай по утрам зарядку, гуляй на свежем воздухе и занимайся спортом.

- частота дыхания увеличилась на 10 вдохов-выдохов
- частота дыхания увеличилась на 15 вдохов-выдохов
- частота дыхания увеличилась на 20 и более вдохов-выдохов

В книге, которую принёс папа, говорится о том, что курящий человек с большим трудом выполняет даже самые простые физические упражнения, потому что ему тяжело дышать (показ детям легких).



*Лёгкие здорового человека*



*Лёгкие курящего человека*

Трудно было в это поверить, потому что многие взрослые курят. Дети попросили папу (он у них не курит) и его курящего друга подняться по лестнице на третий этаж и измерить пульс до и после подъёма.



Дяде было гораздо тяжелее, чем папе, выполнить это задание - после подъёма он долго не мог отдышаться, у него резко увеличилась частота пульса и дыхания.

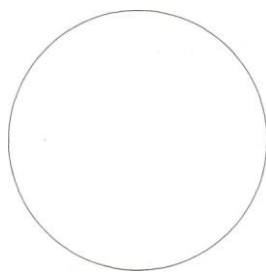
Также дети вспомнили, что бабушка, почему-то не разрешает им входить в комнату, когда там папа работает с дядей, и долго проветривает после его ухода. Ведь это он курит, это вредно для его здоровья.

А вы можете предположить, почему?

Табачный дым приносит вред не только тем, кто сам курит, но и тем, кто вдыхает дым, находясь в одном помещении с курильщиками. Вот почему существует специальный знак «Курить запрещено», запрещающий курение в общественных местах.

#### **Задание 4.**

Нарисуй знак «Курить запрещено» и напиши, где помещают знак с такой надписью.



---

---

---

---

---

---

---

---

Объясни, как ты понимаешь пословицу: «Табак с силой не дружит».

---

---

---

### **Говорящий попугай по имени Труша**

(Сказка из книги «Ваш ребёнок курит?» А. А. Александрова и др)

В сказке рассказывается о мальчике Васи, у которого был попугай и которого он очень любил. Как-то раз к Васе пришёл его друг – Витя. И они начали курить. Попугаю стало очень плохо от табачного дыма. И он заговорил. Мальчики так удивились, что затушили сигареты и проветрили комнату. Попугай мальчиков не выдал, и после этого они больше никогда не курили.

После прочтения сказки учителем, начинается оздоровительная минутка под припев песни Красной шапочки.

Потом происходит обсуждение сказки: оцениваются поступки мальчиков до и после «просьбы попугая»; выясняется, почему птице стало плохо; хорошо ли мальчики сделали, начав курить и др.

После обсуждения сказки предлагается нарисовать рисунок, выражающий чувства детей при прочтении и обсуждении сказки.

### **Правда и ложь.**

**Цель урока:** сформировать у учащихся представление о том, что такое лживый и правдивый человек.

**Основные понятия:** свобода и рабство; правда и ложь; зависимость.

*Чтение сказки В.Н.Даля «Правда и Кривда».*

#### **Вопросы:**

Что сказал автор о Правде? («...идет Правда по земле ни шатко, ни валко, ни на сторону, прямо, как стрела»).

Почему Правда утверждает, что с Кривдой весь свет пройдёшь, да назад не вернешься? (Все равно рано или поздно расплата настигнет.)

Перечислите поступки Кривды (стянула у прохожего бумажник и платок, обманула всех, выколола Правде глаза, толкнула Правду, взяла у нее деньги).

Перечислите поступки Правды (вылечила царскую дочь, отказалась от казны, царства, попросила, чтобы ее назначили судьей, уму-разуму научила).

Кому жить труднее, но почетнее? (Правде).

Таким образом, Кривда в каждый данный момент нередко выигрывает. Но со временем она обязательно проиграет.

Русская пословица: «Шила в мешке не утаишь». Сколько бы человек не врал, все равно правда открывается. Например, если ученик скрывает от родителей плохие оценки, все равно они об этом узнают. И тогда наказание будет больше, чем если бы он честно признался и постарался их исправить.

Когда ребенок начинает курить и пробовать алкоголь, он скрывает это от родителей. Он понимает, что совершает плохой поступок и заслуживает наказания.

Вопрос: почему же он продолжает это делать?

Потому что становится «рабом» собственного желания. Ложь для него делается постоянным способом избежать наказания. Начинающие курить всегда скрывают это от родителей. А привыкнув врать в одном, человек легче врет и в другом. Так, употребление даже табака способствует лживости.

Можно ли доверять человеку, который привык врать? Может ли лжец быть надежным другом?

### ***Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...»***

Я сейчас начну говорить вам: «Поменяйтесь местами, те кто...» и, если это будет относиться к вам, вы быстро встанете со своих мест и займете любое освободившееся место.

Итак, начнем: поменяйтесь местами те:

- кто, заботится о своем здоровье;
- у кого есть близкие и родные люди;
- у кого есть младшие братья и сестры;
- кто хочет быть успешным человеком;
- у кого есть заветная мечта;
- кто хочет быть независимым?

Ребята, я заметила, что многие из вас хотят быть независимыми людьми. А что вы понимаете под словосочетанием «независимый человек»? Подберите, пожалуйста, несколько похожих слов к слову «независимый».

- В толковом словаре русского языка С.И. Ожегова «независимый» определяется как самостоятельный, не находящийся в подчинении, свободный.

- Каковы преимущества есть у людей независимых, свободных, самостоятельных, ответственных?

- Ребята, а что или кто делает человека зависимым? (вредные привычки, плохая компания)

### ***Проблемные ситуационные задачи***

Сейчас я расскажу вам истории, которые произошли с такими же ребятами, как и вы. Сможете ли вы помочь героям в сложной ситуации, дать правильный совет?

#### Первая история:

«Взрослые веселились и не обращали на Полину с Женей внимания. Им стало скучно. На столе стояли бокалы со спиртными напитками. Женя предложила Полине: «Давай попробуем! Может и нам станет весело...»

- Как Полине поступить дальше? Что ответить Жене?

#### Вторая история:

«Когда Володя вышел из школы, к нему подошли знакомые ребята из старших классов: Коля и Саша. Коля достал сигареты, они с Сашей закурили и предложили Володе. Володя отказался, но ребята начали настаивать: «Ты что маменькин сынок? Боишься?»

- Как поступить Володе? Что ответить?

#### Третья история:

«Олег с братом всегда хотели быть во всем похожи на папу, они подражали ему даже в мелочах. Но у папы была вредная привычка – он курил. Однажды, когда папы не было дома, мальчики нашли на столе пачку сигарет, и брат предложил Олегу попробовать»

- Как должен поступить Олег? Что ответить брату?

Молодцы! Вы справились с заданием, и теперь я уверена, что в подобной ситуации вы не растеряетесь и сделаете правильный выбор!

А в завершении нашего урока мы соберем с вами «Дерево здоровья».

У меня на столе лежат разноцветные листочки, на которых написано много интересных и полезных занятий, но среди них есть и вредные привычки. (Заниматься спортом, есть много сладкого, делать утреннюю гимнастику, много смотреть телевизор, следить за одеждой, закаляться, долго играть в компьютерные игры, много времени проводить на воздухе, курить,

умываться, чистить зубы, употреблять спиртные напитки, правильно питаться, соблюдать режим дня, вовремя учить уроки, заниматься музыкой, рисовать, читать книги, помогать маме)

Каждый из вас выбирает на моем столе понравившийся листочек и, прочитав, решает, прикреплять ли его к «Дереву здоровья» или же выбросить в корзину.

*Дети под музыку по очереди выходят к столу и, сделав выбор, прикрепляют листочки на изображение дерева. Можно предложить детям прокомментировать свои действия.*

Молодцы! Вы все сделали правильный выбор, поэтому у нас получилось такое яркое, крепкое, здоровое дерево. Пусть оно остается у вас в классе и радует вас каждый день!

### **Хорошие и плохие вещества**

Цель урока: сформировать у учащихся представление о полезных и вредных для здоровья веществах.

Основные понятия: обман; приманка; наживка.

*Игра «Рыбак и рыбка».*

Цель игры: показать детям, что есть вещества, которые иногда предлагают попробовать бесплатно. Но если человек их попробует, то за это ему придется расплачиваться всю оставшуюся жизнь.

Ход игры: в центре круга стоят дети («рыбки»), а за кругом - ребенок с удочкой («рыбак»). «Рыбак» закидывает пустую удочку в центр круга и начинает ловить «рыбу». Но «рыба» не ловится.

*Учитель:* Почему рыба не клюет? *Дети:* Нужна приманка.

*Учитель:* Что является приманкой для рыбы? *Дети:* Хлеб, червяк, каша и т.д.

(«Рыбак» насаживает на крючок приманку (интересный предмет) и начинает снова ловить «рыбу». «Рыба» (дети, стоящие в кругу), должна поймать и удержать наживку. Как только кто-то из детей поймает наживку, «рыбак» тянет к себе и вытаскивает «рыбку». Игра заканчивается. Ребенок, которому первому удастся схватить приманку, может оставить ее себе, и,

казалось бы, он выигрывает! Но на самом деле выигрывает «рыбак». Он ловит «рыбку», а «рыбка» (ребенок) проигрывает, ее поймали. Тех ребят, кто приманку не схватил, «рыбак» поймать не может.).

*Учитель:* Как вы думаете, рыбаки дают приманку рыбе бесплатно или нет? *Дети:* Рыбе приманку предлагают бесплатно, но после этого ее зажарят и съедят.

*Учитель:* Что выиграла рыба, схватив приманку? *Дети:* Рыба не выиграла, а проиграла. Если бы она не схватила приманку, то осталась бы живой.

Вывод: за «бесплатную» приманку рыба расплачивается жизнью.

#### *«Сделай свой выбор»*

Ребята должны проанализировать ситуации, которые представлены на картинках, и решить, как правильно себя вести. Учитель помогает ребятам сделать выводы (если нет возможности обеспечить всех детей картинками, можно поделить ребят на группы и дать каждой из них свое задание).

- 1) Над рекой узкий мостик. На нем встретились два барашка. Они стоят, упираясь друг в друга своими лбами.
- 2) На картинке изображена группа курящих старшеклассников.
- 3) На картинке ребята видят группу дерущихся школьников.
- 4) Высоко на дереве сидит взъерошенная кошка и громко, испуганно мяукает.
- 5) Из окна дома вырывается пламя и дым.
- 6) Сосед по парте лепит на стул вставшему отвечать соседу жевательную резинку
- 7) Рука взрослого протягивает навстречу ребенку стакан со спиртным

#### *Игра «Мышка и сыр».*

Ход игры: в кругу лежит кусочек сыра. За кругом - мышка. Она видит сыр, ей хочется его съесть, но она не знает, как ей это сделать. Она видит дверцу. Желание съесть сыр позволяет мышке преодолеть страх перед неизвестным, войти в мышеловку и схватить сыр, но дверца мышеловки

захлопывается. (Дети встают вокруг круга и берутся за руки. Мышка плачет, так как выйти не может). Игра заканчивается.

Вывод: мышка за «бесплатный» сыр расплачивается свободой.

*Упражнение «Запретный плод»*

Цель: осознать свое поведение в ситуации запрета.

В центре круга лежит коробочка. Детям говорится следующее: «Представьте себе, что в этой коробочке лежит предмет, на который смотреть запрещено. Однажды случилось так, что вы оказались одни в комнате, и вам очень хочется посмотреть, что там, но в тоже время вы помните о том, что это запрещено. Каковы будут ваши действия в этой ситуации?»

Затем ребята по очереди выполняют упражнение. Далее идет обсуждение того, как вели себя участники, что было трудно, а что легко.

Ребята, представьте, что в этой коробочке находится вещество, которое вызывает расстройство внимания, неспособность запоминания, путаницу и непоследовательность в мыслях, плохое осмысление окружающего, падения контроля за словами и действиями, снижение мышечной силы, нарушение координации движения и походки, снижение кровяного давления, учащение сердцебиений и т. д. Стали бы вы пробовать его?

Ребята, а к какому выводу можно прийти, выполнив это упражнение? Запретный плод всегда сладок. Человеку всегда хочется попробовать то, что ему неизвестно и то, что ему запрещают. Так и поступило большинство из вас. Многие решились заглянуть в запретное место. Но когда я предложила вам выпить жидкость неизвестного происхождения и рассказала об ее опасном влиянии на организм человека, вы отказались ее выпить.

### **Легенда «Черная трава забвения»**

(произведение В. А. Ковалёва)

В сказке рассказывается, что была страна, в которой все люди жили счастливо и не болели. Но однажды появились пришельцы и начали продавать «черную траву забвения», после чего жители страны начали болеть и плохо себя чувствовать. Через несколько лет счастливой страны не стало, так как многие умерли, а пришельцы поехали по другим странам, заражать других людей.

*Обсуждение легенды:* как пришельцы перехитрили умных людей?

*Творческая работа:* нарисовать 2 рисунка (о счастливой стране и о стране после прихода пришельцев).



*Подведение итогов:* нельзя употреблять неизвестные вещества, вред курения.

### **Скажи «Нет!» вредным привычкам**

- Здравствуйте, ребята. Сегодня мы поговорим о здоровье, о том, что помогает его сохранять и что ему вредит.

- Посмотрите на доску. Кто к нам пришел? Это «Болейка» и «Неболейка» (*учитель обращает внимание детей на изображения двух мальчиков*)

- На кого вы хотите быть похожими? А почему?

Верно, мы хотим быть похожими на «Неболейку», потому что он аккуратный, чистый, причесанный, веселый, сильный, здоровый. А «Болейка» неопрятный, лохматый, хилый, слабый, грустный.

- Как вы думаете, что нужно делать для того, чтобы быть похожими на «Неболейку»?

Верно, нужно заниматься спортом, делать утреннюю гимнастику, следить за одеждой, закаляться, много времени проводить на воздухе, умываться, чистить зубы, правильно питаться, соблюдать режим дня, вовремя учить уроки. Все это полезные привычки, которые составляют здоровый образ жизни. Кто из вас ведет здоровый образ жизни?

- А как называются привычки, которые не приносят нам пользы, а, наоборот, вредят здоровью?

Верно, такие привычки называются вредными. Какие вредные привычки вы знаете?

Правильно, к вредным привычкам относятся: есть много конфет потому что будут болеть зубы; долго смотреть телевизор и играть в компьютерные игры, потому что ухудшится зрение; курить и употреблять спиртные напитки, потому что это приносит большой вред всему организму. Как вы думаете, кто из наших героев может вести подобный образ жизни? Да, это «Болейка».

Когда человек курит, то в его организм попадает более 1000 вредных веществ, а самое вредное из них - это яд никотин. Если к клюву птицы поднести палочку, всего лишь смоченную никотином, то она умрет. Собака может умереть от половины капли никотина. Для человека составляют опасность 2-3 капли никотина, столько содержится в 20 сигаретах. Также курение сказывается на росте. Рост замедляется, ребенок растет хилым, слабым, вялым. Постоянное курение вызывает привычку, т.е. человеку уже трудно бросить курить.

К вредным привычкам, кроме курения, относится еще более губительная - употребление спиртных напитков. В глубокой древности познакомился человек с необычным действием некоторых напитков. На следующий день после употребления алкоголя человек расплачивался головной болью, разбитостью, дурным настроением, страдает головной мозг.

В состоянии опьянения человек может выболтать любую тайну; он теряет бдительность, перестает быть осторожным. Существует даже такая пословица: «Что у трезвого на уме, то у пьяного на языке».

- Как вы понимаете значение этой пословицы?

А сейчас я предлагаю вам собрать еще две пословицы по принципу мозаики.

1-ая пословица: «С хмелем познаться - с честью расстаться»

- Как вы понимаете эту пословицу? Правильно, пьянство заглушает рассудок, совесть; пьяный легко может обмануть, не сдержат слово.

2-ая пословица: «Пить до дна - не видать добра»

- О чем эта пословица? Верно, пьяница теряет здоровье, друзей, работу, уважение, окружающих, любовь близких.

Итак, ребята, мы выяснили, что вредные привычки отрицательно влияют на здоровье людей. Давайте повторим, какие органы больше всего подвержены губительному влиянию вредных веществ (по мере ответов детей учитель прикрепляет к силуэту человека изображения органов, вырезанных из красной бумаги: мозг, сердце, легкие, печень, желудок).

*Учитель помещает на доску знак «Не курить».*

- Ребята, вам знаком этот знак? Что он обозначает? Где вы с ним встречались?

Правильно, такой знак можно увидеть в кинозале, в театре, в магазине, в транспорте, в больниц. Одним словом, в общественных местах.

- А почему нельзя курить в общественных местах?

Потому что люди, которые находятся в одном помещении с курящим, дышат дымом. Это приносит большой вред окружающим. При курении в организм человека попадает  $\frac{1}{4}$  часть от всех ядовитых веществ. Половина же вместе с выдыхаемым дымом поступают в воздух. А им дышат окружающие. Получается, что некурящие «курят». Следовательно, они получают такой же вред от табачного дыма, как и курящие.

Мы выяснили, что вредные привычки вредят здоровью человека. И все же очень многие наши знакомые, родственники курят и употребляют спиртные напитки. Почему же они это делают? Когда-то они попробовали в первый раз закурить, а за первым - второй, третий и так у них сформировалась привычка. Отсюда следует, если в первый раз не откажешься, потом это сделать труднее, почти не возможно.

Оздоровительная минутка.

Практическая часть.

*Тренировочные упражнения: «диалог с товарищем»*

Если вам предлагают спиртное или сигарету, то ваш ответ должен быть «Нет!». Сейчас мы потренируемся, как нужно правильно отказываться от таких предложений.

*Хоровое чтение различных вариантов ответов по карточкам, расположенным на доске:*

Нет! Мне этого не нужно, я хочу быть здоровым!	Нет! Я не хочу подражать тем, кто не бережет свое здоровье!
Нет! Я не буду и тебе не советую!	Нет! Я спешу в шахматный кружок. Хочешь, пойдем со мной.
Нет! Вредные привычки не приводят к добру!	Давай покурим! После одной сигареты к курению не привыкнешь.
Нет! У меня есть более интересные занятия!	Нет! Я не буду, пойдем лучше со мной на каток.
Нет! Мама меня просила сходить в магазин. Пошли со мной. Может твоей маме тоже нужно что-нибудь купить.	Нет! Лучше пойдем ко мне смотреть футбол. Сегодня финал!
Нет! У меня есть новые пазлы! Пойдем собирать!	Нет! Пойдем лучше погуляем с моей собакой!

Нет! Лучше пойдем ко мне. Вчера мой старший брат принес новые интересные компьютерные игры. Поиграем.
---

А сейчас я предлагаю вам игру, которая научит вас правильно вести себя сложных ситуациях, отстаивать свое мнение и не поддаваться на уговоры сверстников. Один из вас будет играть «Болейку» (на него повязывается шарф), а другой «Неболейку» (на него надевается спортивная кепка и дается футбольный мяч).

На столе разложены карточки с вариантами предложений. «Болейка» берет одну и громко читает. «Неболейка» выбирает понравившиеся вариант на доске и отвечает товарищу.

Потом ученики меняются ролями, игра продолжается.

Варианты предложений	Варианты ответов
Хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение? Попробуй пиво!	Нет! Мне этого не нужно, я хочу быть здоровым!
	Нет! Пойдем лучше погуляем с моей собакой!
Хочешь пиво? Никто не заметит!	Нет! Я не буду и тебе не советую!
Давай закурим! От одной сигареты ничего не будет.	Нет! Вредные привычки не приводят к добру!
Давай покурим! Или ты трусишь?	Нет! У меня есть новые пазлы. Пойдем собирать!
Пошли покурим. Или тебе слабо?	Нет! У меня есть более интересные занятия!
Давай покурим! После одной сигареты к курению не привыкнешь.	Нет! Я не хочу подражать тем, кто не бережет свое здоровье!
	Нет! Я спешу в шахматный кружок. Хочешь, пойдем со мной.
Почему ты не куришь? Боишься, что мама наругает?	Нет, я не буду! Пойдем лучше со мной на каток.
	Нет! Мама меня просила сходить в магазин, пошли со мной. Может, твоей маме тоже нужно что-нибудь купить.
У нас во дворе многие курят, ничего с ними не случилось. Попробуй и ты!	Нет! Лучше пойдем ко мне смотреть футбол. Сегодня финал!
	Нет! Лучше пойдем ко мне. Вчера мой старший брат принес новые интересные компьютерные игры, поиграем.

Молодцы! Вы все сделали правильный выбор.

### Что нужно знать о лекарствах

Игра «Лекарства»:

- Назови известные тебе лекарства.
- При каких заболеваниях ты их принимал? В каком количестве?
- Вспомни вкус известных тебе лекарств.
- Как быстро ты почувствовал, что лекарство помогло?

- Подумай и скажи, можно ли выздороветь без лекарств.

Беседа по теме.

Первоначально лекарства получали из природных веществ. Это были отвары или настои растений или их частей. Они хорошо усваивались организмом человека. Позднее химики научились выделять чистые быстродействующие вещества из растений. Из них стали приготавливать лекарства. Еще позднее ученые изобрели искусственные сильнодействующие заменители природных лекарств, которые также помогают лечить больного, но для организма человека они не были безвредными.

Оказывая положительное воздействие на больной орган человека, лекарство может в очень маленькой степени, но все же влиять (не всегда хорошо) на состояние других органов. Поэтому к приему лекарств надо относиться очень осторожно. Даже витамины, по вкусу похожие на конфеты, можно есть только в присутствии взрослых и в том количестве, которое рекомендовано врачом. Если сразу съесть много таблеток или витаминов, можно заболеть, а другие лекарства при этом не помогут, так как будут вызывать аллергию. Это очень неприятная болезнь, при которой появляется температура, кашель и насморк, чешется кожа. Аллергию трудно лечить. Часто аллергию вызывают сильнодействующие вещества, которые называются антибиотики.

Какой вывод о приеме лекарств можно сделать?

Запомни:

- Безвредных лекарств не бывает.
- Лекарство следует принимать только по рекомендации врача и в присутствии взрослых.

Работа со стихотворением.

Вот заходит тигр в аптеку:

- Мне продайте сигарету.

Медведь-аптекарь отвечает:

— Их в продаже не бывает.

Есть таблетки, витамины

И лекарства от ангины.

Что в рецепте врач назначит,

Или для здоровья много значит,

Мазь купил и вату.

Болит голова у осла,

Таблетки ослиха ему принесла.

Приобрел минеральную воду козел

К завтраку ставит ее он на стол.

Подвернула ногу лама,

Бинт взяла и замотала.

Есть у нас паста для чистки зубов,

От болезней помогает,  
Мы зверятам предлагаем.  
У Кота слезился глаз,  
Капли он купил у нас.  
Пес поранил лапу,

Шампунь для укрепления волос.  
Ты просишь сегодня у нас папирос,  
А завтра нужны будут капельки в нос,  
Таблетки от кашля и от ангины,  
Лучше вместо сигарет купи витамины.

- Что хотел купить в аптеке тигр?
- Почему сигареты не продают в аптеке?
- Какие лекарства приобретали в аптеке звери?
- Спрашивал ли у них Медведь рецепт врача?
- Что можно купить в аптеке без рекомендации врача?

Оздоровительная минутка.

Домашняя аптечка

У Гриши вечером заболел зуб, потом голова, он сказал об этом маме. Мама дала ему таблетку, уменьшающую боль, и сказала, что завтра они пойдут к врачу. Гриша боялся лечить зубы и поэтому утром соврал маме, сказав, что зуб больше не болит, и отказался идти в поликлинику. Когда мама ушла на работу, Гриша достал из аптечки обезболивающую таблетку и выпил, ему стало легче. В школе зуб заболел с новой силой. Дома Гриша выпил еще две такие же таблетки и лег спать. Проснувшись на следующее утро, Гриша не узнал себя: десна и щека сильно распухли.

Анализ ситуации:

- Какие ошибки допустил Гриша?
- Как поступаете вы, когда у вас болит зуб?

Помните бегемотиков из сказки К. Чуковского «Айболит»? Они (бегемотики) «схватились за животики: у них, у бегемотиков, животики болят». Какие причины могут вызвать боли в животе?

Чаще всего -отравление.

Отравиться можно по-разному. Во-первых, когда яд попадает в организм через кожу. Например, при укусе змеи или пчелы. Во-вторых, через органы дыхания. Например, находясь в помещении, обработанном

средствами от тараканов, моли или комаров. В-третьих, при употреблении в пищу некачественных продуктов или ядовитых веществ.

Когда можно отравиться лекарством? Если употребить большую дозу лекарства, или выпить лекарство с просроченным сроком хранения, или принять лекарство, вызывающее аллергию.

Признаки лекарственного отравления: тошнота, рвота; сужение или расширение зрачков; вялость, сонливость; потеря сознания; нарушение сердечного ритма.

Помоги себе сам.

При первых признаках отравления лекарством: позвоните в «скорую помощь» по телефону 03 и объясните, что с тобой случилось, если нет телефона, обратитесь к соседям; промойте желудок, выпив большое количество воды комнатной температуры; вызовите рвоту, глубоко заведя в глотку два пальца; чтобы легче дышалось, лечь на живот.

Вывод.

Аккуратность и осторожность при приеме лекарств позволяет избежать отравления.

Итог урока.

-Для чего нужны лекарства? (Лекарства помогают организму справиться с болезнью).

### **Как ты познаёшь мир**

Сегодня в гости к нам пришел мальчик Дима, чтобы рассказать историю, которая с ним произошла.

Однажды Дима проснулся простуженный, в плохом настроении, его семья завтракала.

Странно, - сказал Дима, - вроде бы нет причин для плохого настроения, разве только насморк небольшой.

На что ему ответили, что настроение очень зависит от того, может ли человек ощущать то, что его окружает.

Как это? – спросите вы.

Узнать окружающий нас мир нам помогают зрение, слух, обоняние, вкус, осязание, ощущение равновесия, ощущение боли.

Диме сейчас даже обычные продукты кажутся безвкусными. А пирожки на его столе, наверное, такие вкусные.

У него заложен нос, поэтому он не чувствует не только запахи, но и вкус. Не только вкус пирожков, но и вкус горького лекарства. Неприятный вкус - сигнал опасности. Поэтому любые незнакомые вещества ни в коем случае нельзя ни нюхать, ни пробовать!

Поэтому стоит Диме напомнить историю про Маленького Мука, который съел незнакомый фрукт, после чего у него выросли ослиные уши.

Учитель: ребята, давайте прочитаем вместе отрывок из сказки Вильгельма Гауфа.

В сказке рассказывается о карлике, который съел плоды неизвестного ему дерева, потому что они были спелые, мясистые и сочные. После чего он обнаружил, что у него выросли уши. После он снова съел плод и уши исчезли.

Ребята, какие выводы из сказки можно сделать?

А Дима говорит, что в жизни такое случиться не может. Такое, конечно, нет, но вы должны знать, что есть много опасных веществ, запах которых очень вреден для здоровья.

Как вы думаете, почему? Ведь мы же чувствуем запахи и понимаем, какой запах приятный, а какой нет.

Ощущения приятного и неприятного могут быть обманчивыми. Например, для некоторых людей запах краски или бензина не является неприятным, но вдыхание этих веществ всё равно очень вредно для организма.

Некоторые опасные вещества не пахнут, например газ, который горит в наших плитах. В него специально добавляют пахучие вещества, чтобы можно было почувствовать опасность. Нельзя также нюхать вещества с резким, сильным запахом.

Думаю, это нужно записать и запомнить как правило.

### **Задание 1.**

Закрой глаза, зажми нос и представь, что попробуешь кусочек твёрдого сочного яблока и кусочек лука. Легко ли тебе было отличить вкус яблока от лука?

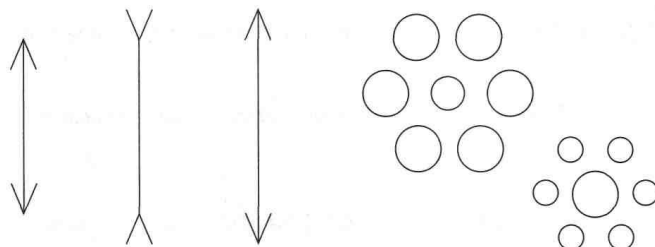
Теперь мы убедились, что вкус и запах очень важны, но Дима говорит, что больше всего мы узнаём о мире с помощью зрения. «Вот зрение меня точно никогда не подводило и не может подвести» - говорит он.

Прав ли он? Я дам вам одно задание, и вы убедитесь, что и хорошее зрение нас иногда обманывает.



### Задание 2.

Посмотри внимательно на рисунок: а) найди линии одинаковой длины и обведи их синим карандашом; б) найди одинаковые кружки и закрась их зелёным карандашом.



А ещё интересно, что все ощущения связаны между собой, поэтому так влияют на наше состояние и настроение. Если что-то не в порядке со зрением, обонянием или слухом, страдает весь организм.

### Задание 3.

Проведи опыты дома с родителями, если интересно.

#### Опыт 1.

Для опыта понадобятся конфета и сладкое яблоко. Съешь кусочек сладкого яблока, потом конфету и опять кусочек яблока.

Одинакового ли вкуса было яблоко? \_\_\_\_\_

#### Опыт 2.

Тебе понадобится 1 стакан солёной воды (в стакане воды растворить ложку соли), 2 стакана чистой кипячёной воды.

Попробуй чистую кипячёную воду, солёную воду и опять чистую кипячёную.

Какой вкус у воды в третьем стакане? \_\_\_\_\_

## Родительское собрание на тему «Вредные привычки. Профилактика в раннем возрасте»

*Вступительное слово классного руководителя об одной из самых актуальных проблем современности - о вредных привычках и их профилактике, что к 7 - 9 годам мальчики и девочки имеют определённую осведомлённость в отношении одурманивающих веществ. Младшие школьники знают и могут перечислить довольно много марок табачных изделий и наименований алкогольных напитков. Сегодня возраст начала*

наркотизма - приобщения к одурманивающим веществам - постоянно снижается.

*Обсуждение возрастных особенностей, способных провоцировать риск раннего приобщения к алкоголю и курению.*

Изменение основного вида деятельности - на первый план выступает учёба, где ребенок должен фокусировать своё внимание. Кризис 7 лет в связи с изменением социальной позиции ребёнка.

Огромное значение имеет нравственная атмосфера в доме, эмоциональная близость и доверие родственников друг к другу.

Предложить родителям подумать и записать себе несколько вещей, благотворно влияющих на развитие ребенка, например, позаботиться, чтобы у ребёнка не формировался комплекс неполноценности, дать шанс почувствовать себя успешным, замечать любые, даже малейшие, продвижения в учении.

*За праздничным столом.*

Наиболее типичной схемой поведения младших школьников является подражание. Чаще всего образцом для младшего школьника являются родители.

Спиртное - обязательный аксессуар праздничного стола. Понятно, что никто из родителей не хочет, чтобы его ребёнок приобщился к алкоголю.

Но результаты эксперимента показали, что за праздничным столом, когда родители предлагают выпить ребенку алкоголь, большой процент вероятности согласия на это предложение. С этого и начинается знакомство ваших детей с вредными привычками.

В сознании ребёнка снимается внутренний запрет на приём алкоголя. Такая форма поведения автоматически переходит в разряд разрешённых, тем более, если алкоголь использовался с позволения родителей.

Поэтому за столом обязательно должен быть любимый напиток ребёнка.

*Дискуссия по ситуациям, приведённым классным руководителем.*

- Что бы вы могли сказать по поводу сегодняшней встречи?
- Согласны ли вы со всем вышесказанным?
- Есть ли возражения или что особенно вам понравилось? Есть что добавить?

*Ситуационные задачи на взаимодействие ребёнка и взрослого.*

«В семье закладываются корни наших будущих удач и поражений». Действительно, атмосфера в родительском доме во многом определяет нашу жизнь. Самое большое значение имеет общение взрослых и детей в семье.

В следующих заданиях содержатся типичные ситуации общения детей и родителей, и мы предлагаем выбрать один из вариантов поведения. Я предлагаю вам прослушать ситуацию и ваши варианты поведения. Не обязательно высказываться вслух. Можете подумать про себя «А как бы я поступил (а)».

Варианты ситуаций	Варианты поведения родителей
<p>Сегодня у нас уроки закончились пораньше, и мы с Сашей, не торопясь, возвращались домой. У подъезда на лавочке сидели ребята и девчонки из нашего двора. В руках они держали банки с пивом.</p> <p>- Сашка, попробуй и ты – один из них сунул банку прямо в руки моего друга. И тут из подъезда вышла его бабушка</p>	<p>1) Как тебе не стыдно! Я сейчас пойду, и все расскажу твоей маме! Будешь знать как «шататься» с кем попало, и прогуливать уроки!</p>
	<p>2) Я огорчена увиденным, но не буду тебя ругать, т.к. считаю тебя умным мальчиком, и ты уже сам понимаешь, что можно проводить время гораздо интереснее! Давай подумаем вместе, чем нам с тобой заняться?</p>
<p>После школы ко мне зашел сосед Димка. Дома никого не было. Тут он достал из кармана пачку сигарет.</p> <p>- Вот, купил по дороге. Давай покурим! Мы пошли на балкон. Но тут внезапно пришел папа</p>	<p>1) Ах ты, негодник! Кого ты привёл в дом?! Я тебя сейчас так отшлепаю, забудешь, что такое сигарета!</p>
	<p>2) Мне горько видеть, что ты можешь вот так просто испортить свое здоровье. Но ты уже взрослый, и можешь сам выбирать себе занятие по интересам. Подумайте вместе с другом, сколько увлекательных и полезных дел есть вокруг</p>

### *Итоги собрания.*

Семейная профилактика оказывается тесно связанной с другими аспектами воспитания и в конечном итоге сводится к формированию у ребёнка культуры жизни - потребности и умения в самореализации, способности гармонично строить свои отношения с окружающим миром. Эти качества способны стать надёжными внутренними барьерами для ребёнка, предотвращающими многие беды, в том числе и «дружбу» с одурманивающими веществами.

Спасибо за внимание!