

Примерная программа родительского просвещения по профилактике табакокурения, алкоголизма и наркомании в подростковом возрасте

Семья наряду со школой, сверстниками, СМИ и др. играет роль важного, возможно, самого важного фактора в борьбе с распространением табакокурения, алкоголизма и наркомании среди подростков. Многочисленные исследования, проведенные в последние годы, показали, что именно ситуация, сложившаяся в семье во многом определяет, насколько велика вероятность приобщения подростков к ПАВ (факторы риска и защитные факторы). Современные модели, на основе которых строятся в настоящее время наиболее эффективные профилактические программы, выделяют семью, как отдельный субъект профилактической работы.

Концепция профилактики табакокурения, алкоголизма и наркомании в образовательной среде

(основные направления профилактической антизависимой помощи семье)

- Формирование активного отношения родителей к проблемам табакокурения, алкоголизма и наркомании в подростковом возрасте.
- Оказание помощи семье в случае, если ребенок начал курить, принимать алкоголь и наркотики.
- Предупреждение вовлечения детей в раннее употребление ПАВ (табакокурение, алкоголизм и наркомания)
- Организация на уровне дома, двора, микросоциума благополучной ненаркотической среды, нетерпимой к антиобщественному поведению детей, распространению среди них алкоголя, наркотиков и других ПАВ.

Для организации этой работы рекомендуется использовать следующие мероприятия:

1. Родительские собрания, семинары, «Школа для родителей».
2. Индивидуальные консультирования родителей по актуальным вопросам семейного воспитания.
3. Формирование из родительского актива групп поддержки для родителей «проблемных» семей.
4. Установление взаимодействия с родителями подростков группы риска.
5. Социальное вмешательство в семью при наличии асоциального образа жизни родителей.

Наиболее эффективными в работе с родителями являются следующие формы:

1. Групповые:

- лекции,
- работа в группах,
- мозговой штурм,
- ролевые игры,
- дискуссии,
- тренинги,
- круглые столы,
- обучающие семинары и т.д.

2. Индивидуальные:

- беседа,
- консультирование,
- анализ результатов диагностики.

Рекомендации по учету в работе с родителями психологических особенностей школьников разного возраста

Для того чтобы родители понимали мотивы поведения и поступков детей, понимали причины побуждающие ребенка употреблять ПАВ, родителям необходимо знать его возрастные психологические особенности.

Возрастные особенности младших школьников (1-4 классы)

Работа с младшими школьниками по предупреждению табакокурения, алкоголизации и употреблению наркотиков имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе (один учитель, сравнительно небольшая нагрузка, возможность осуществлять воспитание учащихся в тесной связи с обучением и т.п.), а с другой - психологическими особенностями младших школьников. В связи с этим следует учитывать следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с учащимися начальных классов.

1. Учитель - непререкаемый авторитет для младших школьников. Поэтому не только отдельные его высказывания, но и стиль поведения, отношение к тому или иному предмету оказывают воздействие на учащихся. Негативное мнение учителя о курении, приеме алкоголя и наркотиков особенно среди подростков и молодежи, должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на авторитетные для ребенка мнения.

2. Младшие школьники обычно воспринимают мир в полярных категориях: "хорошо - плохо", "правильно - неправильно", "плохой человек - хороший человек" и т.п.

3. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка облачаться в "одежды темного цвета", противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному.

4. Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель, взрослый, более ярко, фантастично, сказочно.

5. Стимуляция представлений ребенка - важный элемент его воспитания и развития. Рассказывая младшему школьнику о чем-то, учителю, родителю надо периодически делать паузы, давать ученику возможность самому представить тот или иной образ.

6. Склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов работы, касающихся профилактики употребления ПАВ.

7. Большая, чем у старшеклассников, связь младших школьников с родителями определяет возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к употреблению ПАВ.

8. У учащихся младших классов почти отсутствует ощущение определенной "разорванности" картины мира, к которому приводит свойственная основной и старшей школе предметная разобщенность. Поэтому учителю, родителям предоставляется больше возможностей связать курение, как и другие вредные привычки, со всем, что воспринимается ребенком в негативном контексте.

Общими чертами младших школьников являются: восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия алкоголизации, табакокурения, или даже способствовать формированию установки на "престижность" потребления табака и алкоголя с уже осознанным

намерением ощутить то, что ощущают взрослые, и тем самым как бы уравнивать себя с недоступным ранее взрослым.

Неуспешная учебная деятельность, конфликтные отношения с учителем и низкий статус в классе приводит к депривации потребности в признании, что вызывает к жизни неадаптивные защитные механизмы. При пассивном типе поведения появляются замкнутость, лень, апатия, уход в фантазии. При активном поведении защита может оборачиваться агрессией, компенсируя школьную неуспешность в других сферах, в том числе в асоциальной деятельности.

К концу обучения в начальной школе в классе могут образовываться группы детей (чаще мальчиков), которые утверждают себя через некоторое противостояние требованиям и мнению учителя. В этом возрасте детей уже начинает интересовать все, что связано с табакокурением, наркотиками. Это выступает как запретный и неизвестный мир и, как все незнакомое и запретное, вызывает особое любопытство.

Немаловажным фактором приобщения к вредным привычкам может стать и то обстоятельство, что младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного саморазрушающего поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует "чудеса храбрости": не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед мчащейся машиной, забирается на крышу, совершает множество других "подвигов". В том случае, если у ребенка недостаточно сформированы функции самоконтроля, стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение.

Предупреждение табакокурения и алкоголизма у детей младшего школьного возраста, основанное на разъяснении вредных последствий для организма, затруднено отсутствием у детей базисных знаний из области анатомии и физиологии человека, поэтому у них складывается абстрактное, личностно незначимое отношение к курению и приему алкоголя. Это обуславливает определенные требования к ранней профилактике вредных привычек. Например, чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в образной и доступной форме объяснить, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь, и не стремиться раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в последующих классах.

Основным направлением работы по предупреждению табакокурения, алкоголизма должно стать обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, условием чего является отказ от вредных привычек.

Такая постановка вопроса создает основу для формирования здорового образа жизни в целом. А вот запугивание последствиями курения не только перестает со временем восприниматься детьми, но и формирует у них неосознанный страх за здоровье курящих родителей.

Таким образом, основные задачи предупреждения развития вредных привычек у младших школьников - разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного здорового образа жизни и несовместимости с этим употребления ПАВ, а также рассмотрение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.

Возрастные особенности младших подростков

5-6 классы

Возраст 10-11 лет - пограничный между детством и отрочеством. В 11 лет начинается перестройка организма, ребенок становится импульсивным, проявляет негативизм, для него характерны частая смена настроений, ссоры со сверстниками, бунты против родителей.

Психологические особенности учащихся 5-6 классов. В связи с началом этапа полового созревания происходят следующие изменения: дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, взаимоотношения со взрослыми, если учителя и родители найдут целесообразные, щадящие методы и формы взаимодействия с ребенком.

Именно в этом возрасте проявляется не подкрепленное еще реальной ответственностью "*чувство взрослости*" - особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром.

"Чувство взрослости" проявляется в противоречивом желании "быть взрослым":

- с одной стороны - стремление утвердить себя как старшего, выросшего; потребность в равноправии, уважении и самостоятельности; требование серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых;
- с другой стороны - повышенная зависимость от взрослых, "прилипчивость" к классному руководителю, плач, капризы, желание оказаться в ситуации опеки и зависимости.

Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность их потребностей обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если взрослые не предлагают детям средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом - уверенностью подростка в несправедливости и необъективности взрослых: учителей, родителей.

В знак протеста против диктата родителей подростки могут делать все "назло": пропускать уроки, курить, дружить с теми, с кем запрещают родители. В более острых ситуациях подростки могут убегать из дома, начинают употреблять спиртные напитки, наркотики, токсические вещества.

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел.

Стремление экспериментировать, используя свои возможности, - едва ли не самая яркая характеристика младших подростков. Если взрослые не предоставляют младшим подросткам развивающих культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме - в экспериментах со своей внешностью, в первых пробах курения, употребления спиртных напитков и т.д.

Сообщество взрослых ожидает от подростков способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией, именно она создает условия для возможного понимания другой культуры, другой эпохи, другого мировоззрения. У школьников она только начинает формироваться в подростковом возрасте, при умелом построении диалога она может окрепнуть и стать личностным образованием. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Речь идет о создании ситуаций, которые учат подростков принимать разные точки зрения.

Младшие подростки характеризуются резким ростом познавательной активности и любознательности, возникновением познавательных интересов.

В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни - это период "зенита любознательности". Проявления любознательности поверхностны и практически не имеют связи со школьной программой. Эта любознательность отражает увеличившийся интерес школьника к окружающему миру. Подросток ощущает свои возросшие возможности, что имеет существенное значение для "подпитки" чувства взрослости. В это время интересы еще достаточно неустойчивы, легко меняются. Специфика интересов заключается в потребности подростка в общении со сверстниками: общие увлечения дают повод для общения, определяют его содержание и средства. В значительной части случаев подросток интересуется тем, чем интересуются его друзья. С этим связана и характерная для подростков "мода на интересы", когда какое-либо увлечение как бы внезапно охватывает весь класс, параллель, а иногда и всю школу. Подобная "мода" может причудливо соединять в различные комбинации самые разные интересы - от достаточно возвышенных до простых и даже вредных. Известны случаи, когда младшие школьники начинают курить вследствие появившейся в школе "моды на курение".

Своеобразной чертой подростковых интересов является безоглядность увлечения, когда интерес часто случайный и ситуативный, вдруг приобретает сверхценный характер, становится чрезмерным.

Возрастные особенности подростков 7-8 классы

13 лет - начало длительного и одного из важных периодов развития человека, - "возраст второго рождения личности". В психологическом облике 13-летнего подростка во многом сохраняются "детские черты" и наиболее полное воплощение получают те линии развития, которые прослеживаются на протяжении предподросткового и младшего подросткового возраста.

Признаки наступления переломного момента между детством и пубертатной стадией:

- настроение характеризуется повышенной лабильностью, постоянными переходами между веселостью и грустью, унынием с чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром;
- мир психических переживаний становится пронизанным парадоксальностью: уверенность в себе сменяется робостью и застенчивостью; чрезмерная активность - пассивностью; эгоизм чередуется с альтруистичностью; тяга к общению - с замкнутостью;
- проявляется повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят, и что о нем говорят; подросток становится легко возбудимым, раздражительным и одновременно незащищенным, ранимым;
- - общее снижение работоспособности с чувством физического недомогания, которое может сопровождаться проявлениями вегето-сосудистой дистонии, функциональными нарушениями со стороны отдельных соматических систем - дыхания, пищеварения, кровообращения и пр.

Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Принадлежность к группе играет существенную роль в самоопределении подростка и в определении его статуса в глазах ровесников. Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму группового давления. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении

поведения со стороны высока, то курение может стать той минимальной жертвой, которую готов принести подросток, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте - важная проблема для профилактики употребления ПАВ, а информирование о вредных последствиях табакокурения, алкоголизма имеет только вспомогательное значение.

Следует также иметь в виду повышенную потребность подростков в эмоциональном насыщении, "жажду ощущений", причем новых и сильных, с чем бывают связаны весьма рискованные формы поведения: курение, первое знакомство с другими психоактивными веществами.

Негативную роль в приобщении подростков к табакокурению, алкоголизму могут сыграть и некоторые характерологические особенности подростков, такие как акцентуация характера. Подростковый возраст - критический период проявления различных акцентуаций. В этом возрасте особенно резко проявляется характер, некоторые из его свойств, не будучи сами по себе патологическими, тем не менее, повышают вероятность психической травмы или отклоняющегося поведения. Психологи определяют акцентуацию, как чрезмерное заострение некоторых личностных черт. Подростки с акцентуациями характера составляют группу "повышенного риска", так как они податливы к определенным пагубным влияниям среды. Акцентуация требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, поскольку в подростковом возрасте акцентуированные черты могут провоцировать приобщение к курению, алкоголю и даже наркотикам.

По статистике именно у учащихся seventh-восьмых классов происходит первое серьезное приобщение к табакокурению.

Именно в этих классах в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого "пика" интереса к курению, необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов, медицинских работников и родителей.

Таким образом, предупреждение табакокурения у подростков необходимо проводить с учетом их возрастно-психологических особенностей. Одна из самых эффективных форм такой работы - проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением. На дискуссиях подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате этого происходит формирование группового мнения, направленного против табакокурения и других вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ.

Другая форма предупреждения табакокурения в подростковом возрасте - проведение ролевых игр, во время которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников. Подростки знают, что труднее всего бывает отказать не только группе, но и ближайшему другу, который настойчиво предлагает курить. Проведение такого рода тренингов показало, что основная ошибка подростков - хаотическая и разноплановая аргументация своего отказа закурить, недостаточное уважение к своему мнению, нечеткость собственной позиции.

Основная задача в работе с подростками - отработка социальных навыков (умения побеждать в споре, не поддаваться на уговоры и т.п.).

Возрастные особенности старшеклассников 9-11 классы

В отличие от подростков, у старшеклассников в меньшей степени выражена эмоциональная зависимость от группы сверстников. Общение старшеклассников становится более избирательным, меняется соотношение значимых других, но во многих вопросах, особенно в том, что касается досуга, моды, художественных вкусов, они больше

ориентируются на мнение сверстников. На первый план выдвигаются формы поведения, выражающие индивидуальность. Им уже не надо кому-то доказывать свою взрослость.

Старшеклассники обладают уже весьма высокой степенью автономии от старших, прежде всего родителей и учителей, и покушение на эту автономию часто вызывает конфликты. Это не означает, что старшие вообще теряют авторитет; в наиболее серьезных вопросах (выбор профессии, мировоззренческое самоопределение, поведение в сложных ситуациях) влияние родителей большей частью перевешивает влияние сверстников. Однако взрослым приходится доказывать свою правоту не авторитарно, а апеллируя к рациональным доводам.

В раннем юношеском возрасте следует различать два принципиально разных типа развития: прагматический и творческий.

Для прагматического типа характерна ориентация на целесообразность и на уход от источников беспокойства. Прагматически ориентированные юноши и девушки, у которых доминируют материальные ценности и которые часто не стремятся получать образование, вызывают определенную тревогу. Их развитие не является развитием в собственном смысле слова, поскольку их личность устроена так, что центральным становится стремление к гомеостатическому равновесию, к уходу от источников беспокойства, что как раз и препятствует развитию. На практике оказывается, что тому же молодому человеку часто проще всего «уйти от источника беспокойства» за счет курения, алкоголя, наркотиков.

При творческом пути развития интересы старшеклассников устремлены далеко в будущее, и они в своей жизни ведут себя в известной степени независимо от того, что считается целесообразным или «разумным», активно включая различные новые познавательные или иные формирующие возможности в собственный образ жизни.

Работая с 15-17-летними юношами и девушками, важно учитывать это принципиальное различие двух типов развития. У любого молодого человека есть обе тенденции - и гомеостатическая, и творческая, однако соотношение их может быть очень различно благодаря биологическим, биографическим, социальным факторам.

По данным различных исследований в старших классах число курильщиков и «любителей пива» резко возрастает. Здесь немалую роль играет реклама, которая в той или иной степени оказывает воздействие на формирующийся стиль жизни и самовосприятие молодого человека или девушки. Соединение идеи курения с такими понятиями, как молодость, красота, жизненный успех, победа в значительной степени укрепляет социально-психологическую мотивацию приобретения вредной привычки.

Кроме того, у многих старшеклассников курение уже вошло в привычку, формируется зависимость от табака. Молодые люди начинают понимать, как трудно отказаться от курения, даже если знаешь, что это вредно для здоровья. Таким образом, в старшем школьном возрасте особо важна тема отказа от курения.

Еще одна проблема, связанная с курением и алкоголизмом актуальная для юношества, - это проблема здоровья и красоты женщины, деторождения, материнства и охраны матери и ребенка от пагубного влияния табачного дыма. Поэтому составляющей частью воспитательной работы со старшеклассниками должно стать их ознакомление с основами супружества, материнства и отцовства.

Но здесь нельзя "переусердствовать" - слишком сильный нажим может привести к противоположному результату, поскольку у школьников все еще силен мотив негативного поведения, противопоставления себя миру взрослых. Так, например, рассказывая о том, что курящая девушка становится непривлекательной, можно встретить оппозицию - реальные примеры из жизни старшеклассниц противоречат такому утверждению, что в свою очередь вызывает недоверие и ко всей остальной информации о вреде курения. Лучше сообщить, строго придерживаясь фактов, что табачный дым оставляет налет на зубах, портит волосы

и т.д. При этом важно постоянно подчеркивать, что отказ от курения позволяет восстановить утраченную привлекательность, и чем раньше это произойдет, тем лучше для сохранения внешности. А вот высказывания учителя и тематические беседы о влиянии курения на здоровье будущих детей не должны допускать компромисса.

Надо особо отметить недопустимость курения во время беременности и грудного вскармливания, так как это касается не личного пристрастия женщины, а жизни и здоровья ребенка, нарушения его права на здоровье.

Другой аспект, на котором следует акцентировать внимание учащихся, - вред пассивного курения и ответственность курильщика перед окружающими и членами семьи. Тезис здесь такой - курение перестает быть личным делом каждого, если оно вторгается в жизнь других людей. Этот тезис может найти свое развитие в дискуссиях о правах курящих и некурящих или о том, могут ли дети упрекать родителей за курение.

Говоря о возрастных особенностях, психологических факторах риска развития вредных привычек, важно понимать, что они способны только потенциально приобщить ребенка к табакокурению, другим психоактивным веществам. Реализуется или нет этот потенциал - зависит от взрослых, окружающих ребенка. Если родители сумеют вовремя научить ребенка регулировать свое состояние, удовлетворять потребность в получении удовольствия за счет источников, не разрушающих физическое и психическое здоровье, то даже его предрасположенность к негативным влияниям не сыграет своей печальной роли.

**ПРОГРАММА ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПРОФИЛАКТИКА ТАБАКОКУРЕНИЯ,
АЛКОГОЛИЗМА И НАРКОМАНИИ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ»**

№	ТЕМЫ	ФОРМА	КОЛ. ЧАС.
1	КУРЕНИЕ ПОДРОСТКА: МИФ И РЕАЛЬНОСТЬ	ЛЕКЦИЯ	2
2	БОЛЕЗНИ, ВЫЗЫВАЕМЫЕ КУРЕНИЕМ	ЛЕКЦИЯ	2
3	КУРИТЬ ИЛИ НЕ КУРИТЬ?	КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
4	ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ В СЕМЬЕ	СЕМИНАР	2
5	ЕЩЕ РАЗ О ВРЕДЕ КУРЕНИЯ	ДИСКУССИЯ	2
6	ЧЕЛОВЕК – ВРАГ СЕБЕ?	ДИСПУТ	2
7	ТАБАКОКУРЕНИЕ И ЗАКОН (№87-ФЗ Об ограничении курения табака)	ЛЕКЦИЯ + ДИСКУССИЯ	2
8	НАРКОМАНИЯ: МИФ И РЕАЛЬНОСТЬ	РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ	2
9	МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ПОДРОСТКАМИ	ЛЕКЦИЯ + КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
10	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРОТИВ НАРКОТИКОВ И ТАБАКОКУРЕНИЯ	ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ (РОДИТЕЛИ И ПОДРОСТКИ)	2
11	ЗДРАВООХРАНЕНИЕ ОБ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ	ЛЕКЦИЯ + КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
12	СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ ПОДРОСТКАМИ	ЛЕКЦИЯ + КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
13	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТАБАКОКУРЕНИЯ, НАРКОМАНИИ, АЛКОГОЛИЗМА ПОДРОСТКОВ	ЛЕКЦИЯ + КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
14	КУЛЬТУРА СВОБОДНОГО ВРЕМЯПРОВОЖДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ КАК АКТУАЛЬНАЯ ЗАДАЧА РОДИТЕЛЕЙ	ДИСКУССИЯ	2
15	ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВЫХ УСТАНОВОК ПРОТИВ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК У ПОДРОСТКОВ	ЛЕКЦИЯ + КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
16	ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБЫ И ДОСУГА ПОДРОСТКОВ КАК ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК	ЛЕКЦИЯ + КРУГЛЫЙ СТОЛ	2
17	ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В СЕМЬЕ – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	СОВМЕСТНЫЙ ТУРИСТИЧЕСКИ Й ПОХОД (РОДИТЕЛИ И ПОДРОСТКИ)	12
18	СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ – СЧАСТЛИВЫЕ ПОДРОСТКИ	ДИСКУССИЯ	2
19	ИТОГО		46

АННОТИРОВАННЫЙ СПИСОК ПРОГРАММ И УЧЕБНЫХ ПОСОБИЙ, РЕКОМЕНДУЕМЫХ ПРИ РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Серия: «Все цвета, кроме черного» (В данной серии - пособия для педагогов, родителей и учащихся с 1-9 кл.)

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Пособие для педагогов.- М.: Вентана-Граф, 2002.-64 с.

В пособии рассматриваются проблемы профилактики вредных привычек и формирования ценностного отношения к здоровью. Раскрывается система работы с тетрадями для учащихся. Предлагаются подробные методические рекомендации, которые помогут педагогам организовать занятия с детьми.

2. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Книга для родителей.- М.: Вентана-Граф, 2002.-32с

В книге для родителей рассматривается проблемы профилактики вредных привычек и формирования ценностного отношения к здоровью у детей младшего школьного возраста. Раскрыта система работы с тетрадями для учащихся. Даны методические рекомендации, которые помогут родителям организовать занятия с ребенком.

3. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учусь понимать себя: Рабочая тетрадь. 2 класс.- М.: Вентана-Граф, 2002.-56 с.

4. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учусь понимать других: Рабочая тетрадь. 3 класс.- М.: Вентана-Граф, 2002.-48 с.

5. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учусь общаться: Рабочая тетрадь. 4 класс.- М.: Вентана-Граф, 2002.-48 с.

В тетради включены развивающие задания и игры, расширяющие представления учащихся о своих физиологических и психологических особенностях. Выполняя эти задания, ребята научатся контролировать и оценивать свои привычки, поведение и настроение, осознавать причины возникающих трудностей в учебе и общении со сверстниками и взрослыми.

Серия: «Разговор о правильном питании» (В данной серии - пособия для педагогов, родителей и учащихся с 1-7 класс)

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Учебно-методический комплект "Разговор о правильном питании". Пособие для учителя, рабочая тетрадь для детей 6-8 лет. - Москва: Издательство "Олма-Пресс", 1999-2003.

Учебно-методический комплект "Разговор о правильном питании" является частью программы "Разговор о правильном питании" и предназначен для организации воспитательной работы, связанной с формированием основ правильного питания. В ходе занятий дети узнают о полезных продуктах, правилах гигиены, режиме. Предлагаемая форма организации работы помогает ребенку стать активным участником воспитательного процесса, активизирует его творческие способности.

2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Учебно-методический комплект "Две недели в лагере здоровья". Пособие для учителя, рабочая тетрадь для учащихся 9-11 лет. - Москва: Издательство "Олма-Пресс", 2002.

Учебно-методический комплект является частью программы "Разговор о правильном питании" и предназначен для дальнейшей работы по формированию у младших школьников основ культуры питания. Основные задачи комплекта связаны с расширением представления младших школьников о полезных продуктах, традициях питания, правилах этикета и т.д. Разнообразные задания позволяют сформировать у школьников навыки здорового образа жизни.

7. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Учебно-методический комплект "Формула правильного питания". Пособие для учителя, рабочая тетрадь для учащихся 12-13 лет. - Москва: Издательство "Олма-Пресс", 2004.

Учебно-методический комплект является частью программы "Разговор о правильном питании" и предназначен для дальнейшей работы по формированию младших подростков основ культуры питания.

Учебно-методический комплект «Здоровье»

Здоровье. Учебно-методический комплект для учителей 1-11 классов/Под ред. В.Н. Касаткина, Л.А. Щеплягиной М., 2001.-435с.

Данный комплект предназначен для учителей общеобразовательных школ. В нем приведена программа "Здоровье" для 1-11 классов, созданная коллективом врачей, психологов, педагогов. Изложены примеры проведения уроков, описаны психологические особенности преподавания тем, связанных со здоровьем. Представленная программа ориентирована на школьника. Это попытка создать единый предмет, в котором информация по анатомии, физиологии, психологии, антропологии и многим другим предметам служит самопознанию, самопринятию и самоуважению. Программа построена ступенчато с учетом психофизиологических особенностей каждого возраста.

Учебно-методический комплект "Не допустить беды".

Макеева А.Г. Учебно-методический комплект "Не допустить беды". Пособие для педагога. Брошюра для 7-8 класса "Помогая другим, помогаю себе". Брошюра для 9-10 класса "Разумный выбор. Правильное решение". Брошюра для 10-11 класса "15 ответов на трудные вопросы"/ Под редакцией М.М. Безруких. - М.: Издательство "Просвещение", 2003.

Учебно-методический комплект предлагает вариант организации ранней профилактики наркотизма в средней и старшей школе. Пособие для педагога представляет различные варианты организации профилактической работы. Брошюры для учащихся позволяют школьникам стать активными участниками воспитательного процесса, сформировать у них личностные антинаркотические установки.

Учебно-методический комплект "Волшебные уроки в стране Здоровье"

Макеева А.Г. Лысенко И.В. Учебно-методический комплект "Волшебные уроки в стране Здоровье". Пособие для учителя "Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников". Рабочая тетрадь "Волшебные уроки в стране Здоровья" для 2 класса. Рабочая тетрадь "Волшебные уроки в стране Здоровье" для 3 класса /Под редакцией М.М. Безруких. - СПб: Издательство "Образование и культура", 1999.

Учебно-методический комплект предлагает вариант организации ранней профилактики наркотизма (курения, употребления алкоголя) среди младших школьников. Основная цель воспитательной работы - сформировать у детей представление о ценности здоровья, основные навыки здорового образа жизни, а также понимание опасности знакомства с одурманивающими веществами.

Комплект наглядно-методических пособий.

Подростковая наркомания.

Подростковая наркомания. Комплект наглядно-методических пособий. М: Центр Планетариум, 2002

В настоящий комплект входят: рабочая тетрадь "Обучение жизненно важным навыкам" для учащихся 5-7 классов; Наглядно-методическое пособие для проведения занятий с подростками 12-16 лет "Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании"; Наглядно-методическое пособие для педагогов и родителей "Профилактика подростковой наркомании". Наглядно-методические пособия включают руководство в виде брошюры и набор слайдов с иллюстрациями, схемами, диаграммами. Пособие для подростков содержит рекомендации по проведению тренинговой социально-психологической программы первичной профилактики наркозависимости. В пособиях для педагогов и родителей даны методы диагностики

потребления психоактивных веществ, пособие ориентировано на лекционно-семинарскую форму проведения занятий.

Серия "Мой выбор"

Программа "Мой выбор": Ахметова И., Иванова Т., Иоффе А., Прутченков А., Смирнова Г. Учебно-методическое пособие для учителей средней школы/ Под ред. П.Г. Положевец.- М.,2002.-120с.

Пособие содержит 12-часовой курс "Мой выбор" для учащихся 8-9 классов. Данный курс помогает осознать необходимость личного выбора из нескольких вариантов поступков, поведения в различных жизненных ситуациях и свою личную ответственность за сделанный выбор. Курс задуман таким образом, чтобы у школьников была возможность ознакомиться с последствиями сделанного выбора.

Программа "Мой выбор":Ахметова И., Иванова Т., Иоффе А., Положевец П., Смирнова Г. Рабочая тетрадь для старшеклассников.-М.,2001.-72с.

Тетрадь содержит задания, тесты, кроссворды, дополнительную информацию для учащихся по курсу "Мой выбор". Курс состоит из 6 занятий по темам: "Человек свободного общества", "Учимся строить отношения", "Мое здоровье", "Преступление и наказание, или Цена скейборда", "Я и политика", "Свобода и ответственность - выбор XXI века".

Программа "Мой выбор": Программа "Мой выбор":Беспалова Г.М., Виноградова Н.М., Сидорова Т.Д., Рыженкова И.Г. Мое действие - мой выбор, Брянск:Курсив.-2002.-64с.

Данное методическое пособие предназначено для работников системы образования и широкого круга читателей, интересующихся вопросами обучения и воспитания подростков.

Программа "Мой выбор":Кишенкова О.В., Иоффе А.Н., Зудов С.Б., Махина Г.М. Энциклопедия материалов, М:Ижица.-2002.-162с.

Энциклопедия предназначена для преподавателей. Энциклопедия содержит материалы по курсу "Мой выбор" и включает следующие темы: "Человек свободного общества", "Учимся строить отношения", "Мое здоровье", "Преступление и наказание", "Четвертая власть" и др. Материал, собранный в Энциклопедии представляет интерес для родителей, а также может быть использован при проведении классного часа особенно по проблемам наркомании.

Серия "Работающие программы"

Серия "Работающие программы". Составители серии д.м.н.Чечельницкая С.М., к.п.н. Родионов В.А. М., 2000

Цель издания серии ознакомить специалистов с реально работающими программами по профилактике аддиктивного поведения, распространения ВИЧ-инфекции. Серия издается в рамках федеральной программы по предупреждению в РФ заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекция). Серия состоит из 7 выпусков и предназначена для специалистов различного профиля: медицинских работников, психологов, педагогов, социальных работников. В серии представлена концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде; программа "Политика школы в отношении наркотиков"; "Программа ранней профилактики химической зависимости для детей 9-12 лет"; "Программа формирования здорового жизненного стиля".

Школьные профилактические программы "Проекта ХОУП"

Школьная профилактическая программа "Проекта ХОУП". "Полезные привычки" для детей 6-10 лет состоит из: рабочих тетрадей для учащихся 1 - 4 классов, пособия для учителей и методических рекомендаций для учителей "Полезные расчеты, или как оценить эффективность превентивного обучения".

Пособия для родителей.

"Полезные навыки" для подростков 11-15 лет состоит из:рабочих тетрадей для учащихся 5 - 9 классов; пособия для учителей по предупреждению употребления психоактивных веществ для 5-7 классов и пособия для учителей по предупреждению употребления психоактивных веществ и инфицирования ВИЧ для 8-9 классов; методических рекомендаций

для учителей "Полезные тесты, или как оценить эффективность превентивного обучения в средней школе"; учебного пособия для родителей "127 полезных советов, или Как уберечь детей от наркотиков".

Профилактическая программа "Полезный выбор" для старшеклассников 16-17 лет состоит из: рабочих тетрадей для учащихся 10 - 11 классов; пособия для учителей по предупреждению употребления психоактивных веществ и инфицирования ВИЧ для 10-11 классов; брошюры для родителей "Семь полезных шагов или как узнать, употребляет ли подросток наркотики?"

Профилактическая программа "Полезная премьвка" для старшеклассников 16-17 лет состоит из: рабочих тетрадей для учащихся 10 - 11 классов; пособия для учителей по предупреждению инфицирования ВИЧ для 10-11 классов; брошюры для родителей, брошюры по оценке эффективности, хрестоматии для учителя и подростка.

АННОТИРОВАННЫЙ УКАЗАТЕЛЬ МЕТОДИЧЕСКОЙ, УЧЕБНОЙ И ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Брошюры для родителей:

1. Антропова М.В., Кузнецова Л.М. Развитие ребенка и его здоровье.- М.: Вентана-Граф, 2003

Чем меньше ребенок, тем быстрее он растет и меняется внешне. Знаете ли Вы, какие признаки развития ребенка можно считать нормальными и своевременными? Что должно насторожить родителей? Как ухаживать за ребенком во время простудных заболеваний? Обо всем можно узнать, прочитав эту брошюру. Для того чтобы сохранить здоровье ребенка, воспользуйтесь короткими советами, которые выделены рамками, обратите внимание на десять советов родителям в конце брошюры.

2. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. Режим дня младшего школьника.- М.: Вентана-Граф, 2002.-24 с.

Всем известен афоризм: "Посеешь поступок - пожнешь привычку, посеешь привычку - пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу". Именно так подходят к проблеме здоровья детей авторы книги. Режим дня - это образ жизни, путь к здоровью. Учите детей быть здоровыми! Для родителей.

3. Бабенкова Е.А. Здоров ли ваш ребенок? - М.: Вентана-Граф, 2002.-32с.

Что такое здоровье? Как определить, здоров ли ваш ребенок? Как укрепить его здоровье? Что делать, если ребенок заболел? Эти и другие проблемы здоровья детей находятся в центре внимания автора книги, специалиста в области возрастной физиологии. Для родителей.

4. Бабенкова Е.А. Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье.- М.: Вентана-Граф, 2003

Брошюра рассчитана на родителей, у которых есть дети в возрасте от 5 до 8 лет. Мы хотим помочь родителям научить ребенка укреплять свое здоровье. Из брошюры можно узнать много интересного: что должен знать ребенок о своем организме; о правилах личной гигиены; как ухаживать за своим телом; зачем заниматься утренней гимнастикой, спортом; какие правила безопасности нужно соблюдать дома, в школе, на улице, на отдыхе; 10 советов родителям.

5. Зайцева В.В. Зачем учиться физкультуре.- М.: Вентана-Граф, 2002.-40 с.

В брошюре рассказывается об образовательных и воспитательных технологиях, которые сегодня называют здоровьесберегающими. На самом деле это давно известные меры по охране и укреплению здоровья, в совокупности представляющие собой физическую культуру в широком смысле этого понятия. Нужно ли учить детей физкультуре? А если нужно, то зачем, когда и как? Как семья может обеспечить физическое здоровье ребенка-школьника? Какие упражнения подойдут именно вашему малышу? На эти и другие вопросы, касающиеся двигательной активности и здоровья начинающего ученика, отвечает автор. Для родителей.

6. Зайцева В.В. Полные и худощавые дети. - М.: Вентана-Граф, 2003

В брошюре, адресованной родителям, педагогам и воспитателям, рассказывается об особенностях строения тела и некоторых других чертах, свойственных детям - представителям разных типов конституции. Эти особенности оказывают влияние на здоровье, физическую активность, обучение и наиболее сильно выражены у детей худощавых и полных, что порой усложняет их жизнь и отношения со сверстниками. Следовательно, особенности конституции необходимо учитывать для сохранения и укрепления здоровья детей.

7. Копылов Ю.А., Малыгина М.В., Полянская Н.В. Физическое воспитание младшего школьника.- М.: Вентана-Граф, 2002.-24 с.

Эта книга поможет родителям правильно проводить индивидуальные занятия физической культурой в домашних условиях с детьми младшего школьного возраста, не имеющими отклонений в состоянии здоровья. Авторы предлагают комплексы утренней зарядки, упражнения для сохранения зрения, коррекции плоскостопия. Представлены основные правила и способы контроля самочувствия ребенка. Рекомендации разработаны специалистами в области физического воспитания детей. Для родителей, а также учителей физической культуры общеобразовательной школы.

8. Копылов, Полянская Н.В. Физическое воспитание ослабленных детей.- М.: Вентана-Граф, 2003

В брошюре рассматриваются проблемы, с которыми сталкиваются родители ослабленных детей при попытках самостоятельно организовать занятия физической культурой, рассказывается об особенностях физического воспитания этих детей, обращается внимание на необходимость индивидуального подхода, даны правила формирования навыков здорового образа жизни и профилактика близорукости, нарушения осанки, плоскостопия. Брошюра содержит комплексы упражнений для утренней гимнастики, для проведения динамической паузы, для профилактики простудных заболеваний и др. Брошюра предназначена для родителей младших школьников, а также учителей физической культуры начальной школы.

9. Леонова Л.А., Макарова Л.В. Компьютер и здоровье ребенка.- М.: Вентана-Граф, 2002.-16с.

Компьютер вошел во все области общественной жизни. Сейчас занятия с использованием персонального компьютера проводятся во многих дошкольных учреждениях, а в школах изучение информатики начинается со 2 класса. Авторы брошюры, компетентные специалисты в области охраны здоровья детей, отвечают на волнующие многих родителей вопросы, связанные с проблемой "ребенок и компьютер". Для родителей.

10. Макеева А.Г. Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем.- М.: Вентана-Граф, 2002.-32с.

Автор книги приглашает читателей к обсуждению очень важной проблемы: как предотвратить раннее знакомство детей с одурманивающими веществами? От такой беды не застрахован ни один ребенок. Как поступить, если это случилось? Что могут и должны делать родители, чтобы воспитать у ребенка стойкое неприятие всего, что вредит здоровью? Как помочь ребенку противостоять курению и алкоголю? Ответы на эти вопросы можно найти, если начать думать вместе. Для родителей.

11. Сонькин В.Д. Законы правильного питания.- М.: Вентана-Граф, 2003

Брошюра адресована родителям младших школьников. В ней рассказывается о веществах, составляющих основу пищи, об их энергетической ценности, о принципах рационального питания. Рассказано об особенностях питания детей младшего школьного возраста, связанных с их учебной и физической нагрузкой, о простейших правилах питания, которые следует соблюдать в гостях, в туристических походах, в поездках и т.д.