



| СОГЛАСОВАНО   | СОГЛАСОВАНО   | ПРИНЯТО  | УТВЕРЖДЕНО  |
|---|---|--|---|
| <p>Совет родителей<br/>           МАОУ «Гимназия № 3» Фрунзенского района г.Саратова</p> <p>Протокол<br/>           от <u>29.09.2023.</u></p> | <p>Совет обучающихся<br/>           МАОУ «Гимназия № 3»<br/>           Фрунзенского района<br/>           г. Саратова</p> <p>Протокол<br/>           от <u>29.09.2023.</u> № <u>2</u></p> | <p>Заседание педагогического совета МАОУ «Гимназия № 3» Фрунзенского района г.Саратова</p> <p>Протокол<br/>           от <u>29.09.2023.</u> № <u>2</u></p> | <p>Директор МАОУ «Гимназия № 3» Фрунзенского района г.Саратова</p> <p> Т.Г.Райкова</p> <p>Приказ<br/>           от <u>29.09.2023.</u> № <u>304</u></p>  |

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ КУРЕНИЯ  
 МАОУ «ГИМНАЗИЯ № 3»  
 2023/2024 ГОД**

**2023**

## Пояснительная записка

Употребление наркотических веществ, в том числе и табакокурение, – серьезнейшая молодежная проблема последнего десятилетия. Психолого-педагогические исследования показали следующие тенденции:

снижение возраста подростков, употребляющих наркотические средства, в том числе и табачную продукцию;

увеличение доступности табачных изделий;

формирование на основе употребления наркотических средств особой молодежной субкультуры, ведущей ценностью которой является свободное времяпрепровождение в состоянии с употреблением алкоголя, курением.

Проблема табакокурения в настоящее время приобрела социально-экономический характер и настойчиво требует разработки предупредительных мер в целях защиты интересов личности и общества. По мнению ВОЗ табак рассматривается как «оружие массового поражения». Связанные с курением сердечно-сосудистые заболевания каждый год уносят жизни 600 тысяч человек, и миллион – в развивающихся странах.

Курение – главная угроза здоровью и одна из причин смертности россиян. Расчёты, приведённые ведущими российскими учёными и экспертами ВОЗ, показали, что из полумиллиона мужчин среднего возраста (35-69 лет), ежегодно умирающих в нашей стране, у 42% причиной смерти является курение. И что смерть, связанная с курением, среди мужчин среднего возраста, умерших от злокачественных опухолей составляет 59%, от сердечно-сосудистых заболеваний – 44%, от хронических неспецифических лёгочных заболеваний – 70%.

Это катастрофическая тенденция приведёт к дальнейшей деградации россиян и росту смертности от рака, сердечно-сосудистых заболеваний. Урон, который наносится государству затратами на лечение, потерей трудоспособности и смертью сотен тысяч людей от болезней, причиной которых является курение, значительно превосходит доход, получаемый от табачной промышленности в виде налогов и других поступлений в бюджет. В настоящее время рассматривается вопрос участия России в рамочной конвенции по борьбе против табака, которую уже подписало 115 стран и ратифицировало более 15 государств мира. День 31 мая объявлен Всемирным днём без табака. Ежегодно третий четверг ноября отмечается как Всемирный день отказа от курения.

Большинство школьников впервые знакомятся с сигаретой в 1-2-х классах. И движет ими, прежде всего, любопытство. Первый опыт весьма неприятен: кашель, тошнота, слёзы из глаз, горечь во рту, головная боль, что заставляет детей «на время потерять интерес к курению». А вот в средних классах, как правило, интерес к курению начинает резко расти, и число курильщиков среди школьников стабилизируется уже к классу 9 (к сожалению, этот процесс молодеет). А причины этого уже другие, нежели любопытство. Чаще всего это подражание старшим товарищам, желание казаться взрослым, неправильная ориентация: курение – это модно, престижно и т.д., а также недостаточная информация учащихся о последствиях курения, незнание, насколько эта привычка для здоровья реально опасна.

Здоровье человека – важнейшая жизненная ценность, не только отдельного человека, но и всего общества. В настоящее время во всём мире среди проблем, стоящих перед обществом, важнейшей является курение. Значительная часть современной молодежи подвержена табакокурению: по данным ВОЗ, примерно 30% молодежи в возрасте от 15 до 18 лет курит. Такие молодые курильщики, скорее всего, продолжат курить и во взрослом возрасте. Данный факт тревожен ещё и тем, что курение активно распространяется среди девочек-подростков, и эта тенденция способствует тому, что курящих взрослых женщин скоро будет не меньше, чем мужчин.

Предупреждение табакокурения обучающихся имеет важное значение для достижения оптимально здорового общества: дети – родители поколения будущего.



Подростки знают о вреде курения, однако, друзья в компании, курящие родители, влияние рекламы способствуют широкому распространению курения в стране.

Поэтому привитие школьникам элементов здорового образа жизни, умения отказаться от предложенной сигареты является весьма актуальной проблемой.

По данным российских и зарубежных специалистов, среди основных факторов, влияющих на распространение табакокурения, являются:

- образ жизни;
- окружающая среда;
- наследственность.

Следовательно, необходима профилактическая работа (различные формы и методы) по предупреждению табакокурения в подростковом возрасте.

### **НОРМАТИВНАЯ БАЗА.**

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Закон РФ «Об образовании»
- ✓ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»
- ✓ Устав школы
- ✓ Рабочая программа воспитания МАОУ "Гимназия № 3"
- ✓ Санитарные правила и нормы в организации деятельности образовательных учреждений.
- ✓ Санитарные правила «Организация и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий».
- ✓ «Конвенция ООН о правах ребенка» и «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей».
- ✓ Конституция Российской Федерации

### **ЦЕЛИ:**

- Снижение потребления табачных изделий школьниками.
- Укрепление и сохранения здоровья детей.
- Подготовка детей к формированию и осознанному выбору здорового образа жизни и ответственности за свой выбор.
- Уменьшение количества новых курильщиков в школе и повышение внимания учащихся и персонала образовательного учреждения к проблеме курения.
- Содействие формированию социально – позитивных потребностей и установок осознанного отказа от курения.

### **ЗАДАЧИ:**

Создать комплексную систему мер, направленную на ликвидацию курения на территории школы;

Повышать уровень знаний учащихся о различных аспектах отрицательного действия табака, о последствиях курения и влиянии курения на различные сферы жизни человека (здоровье, учебу, работу, личную жизнь и т.п.);

Вырабатывать негативное отношение к курению и формировать стремление к уменьшению социальной приемственности этой привычки.

Формировать навыки противостояния никотиновому давлению социальной среды – семьи, компании сверстников.

### **Участники программы:**

- ✓ учащиеся школы

- ✓ штат сотрудников школы, включая администрацию и технический персонал (охранников, работников столовой, уборщиц и т.п.)
- ✓ родители

### **Главные принципы реализации программы .**

Охрана здоровья связана с обучением и воспитанием – неразрывными элементами школьного образования: обучение – овладение знаниями и информацией; воспитание – формирование навыков ответственного поведения и здоровых установок, развитие личной и социальной компетентности.

Профилактическое обучение основано на научно установленных закономерностях. Вероятность приобщения к курению снижается, если:

1. Ученики критически относятся к своему поведению, обучены рефлексии и самоанализу.
2. Поощряется вера в свои силы; признается уникальность каждого человека.
3. Учащиеся умеют распознавать опасные ситуации, принимать рациональные решения, находить альтернативные курению модели поведения.
4. Дети обучены распознаванию ситуаций группового давления и располагают навыками сопротивления давлению.

Содержание уроков профилактического обучения должно развиваться по спирали. Объем школьных знаний ребенка увеличивается адекватно росту и развитию, установки и поведенческие навыки усиливаются и совершенствуются. В качестве методологии используется метод обучения в группе.

Профилактическое обучение необходимо начинать с детей младшего школьного возраста. Профилактика намного эффективнее среди тех, кто не курит.

Программа опирается на следующие принципы:

**Системность** – разработка и проведение профилактических мероприятий происходит исходя из системного анализа ситуации с табакокурением в школе.

**Комплексность** – в реализации профилактических и лечебных мероприятий принимают участие все необходимые для их успешной реализации специалисты от психолога до врача-терапевта, нарколога и психотерапевта.

**Этапность** – реализация лечебно-профилактической программы включает ряд этапов. Каждый последующий этап, таким образом, оказывается все более специализированным, в его реализации задействуется все большее количество специалистов.

**Преимственность** – каждый последующий этап профилактической программы является продолжением предыдущего, исправляя недочеты и дополняя его новыми мероприятиями.

**Доступность** – получить высокоспециализированную помощь может любой высказавший желание и нуждающийся в ней подросток.

### **Основные направления программы.**

- ✓ Профилактика табакокурения среди подростков, молодежи и других возрастных групп.
- ✓ Мероприятия, направленные на выявление и пресечение противоправной деятельности, связанной с реализацией табачных изделий.
- ✓ Меры по развитию системы культурно-массовых, спортивных и оздоровительных мероприятий.

### **Механизмы и основные мероприятия по реализации программы.**

- ✓ Проведение школьной акции «Школа без табачного дыма»
- ✓ Участие в районных акциях.
- ✓ Подготовка методических рекомендаций для родителей и детей по профилактике табакокурения среди несовершеннолетних.
- ✓ Организация выставок, конкурсов детских рисунков и стенных газет по вопросам профилактики табакокурения.



- ✓ Проведение обучающих семинаров для классных руководителей по вопросам профилактики табакокурения.
- ✓ Осуществление мониторинга распространенности курения среди учащихся образовательных учреждений для планирования профилактических мероприятий.
- ✓ Проведение родительских собраний по профилактике вредных привычек у детей и подростков с привлечением психологов, наркологов.
- ✓ Проведение социально- психологических тренингов среди подростков «Мой выбор: курить или не курить?».
- ✓ Создание условий для постоянных занятий физкультурой и спортом. Проведение спортивно-массовых мероприятий.
- ✓ Организация консультативного и анонимного приёмов для лиц, употребляющих табачные изделия.
- ✓ Проведение тематических классных часов.

#### Основными методами являются:

- ✓ Лекция: это один из способов быстрой подачи необходимой информации.
- ✓ Чтение: оно наиболее полезно для учащихся лишь в сочетании с другими способами обучения.
- ✓ Использование наглядных пособий: одни учащиеся усваивают материал, воспринятый на слух или при помощи зрения, в то время как другие лучше воспринимают осязанием.
- ✓ Обсуждение в группах: оно даёт возможность учащимся поделиться своими мыслями, впечатлениями и ощущениями в рамках определённой темы, а также позволяет размышлять, сопоставлять, делать собственные выводы и выслушивать разнообразные мнения своих сверстников.

В этом направлении можно использовать следующие формы работы:

- ✓ просмотр видеофильмов с последующим обсуждением;
- ✓ встречи с людьми, сумевшими преодолеть свои вредные привычки, выжившими в трудных ситуациях жизни;
- ✓ встречи со специалистами;
- ✓ чтение и обсуждение журнальных публикаций о силе и стойкости человеческого духа в самых трудных жизненных ситуациях;
- ✓ беседы по профилактике вредных привычек.

Работа с детьми организуется ежемесячно в рамках общешкольных мероприятий, а также в классах по мере необходимости.

#### Организация профилактической работы с родителями учащихся.

Особым потенциалом в профилактике курения среди учащихся в школе обладают родители. Прежде всего, родители обладают огромным жизненным опытом, они являются представителями многих профессий, где курение отрицательно сказывается на производительности труда. Участие родителей в профилактических мероприятиях по нераспространению курения среди молодёжи наиболее значимо для подростков.

Реализация в школах программы предлагает работу с родителями в таких направлениях, как:

- ✓ Ознакомление родителей с содержанием программы;
- ✓ выступления на родительских собраниях врача и психолога по следующим темам: «Что содержится в табачном дыме?», «Почему люди курят?»;
- ✓ проведение индивидуальной работы с родителями курящих детей.

Работа с родителями осуществляется на родительском собрании один раз в четверть и индивидуальные беседы (по необходимости).

Ожидаемые результаты:

1. Формирование негативного отношения к табакокурению у подростков выделенной группы риска
2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от психоактивных веществ.
3. Повышение уровня развития умений и навыков:
  - а) уверенного позитивного поведения;
  - б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;
  - в) отстаивания и защиты своей точки зрения;
  - г) осознанного и уверенного умения сказать курению «Нет».
4. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

***Учащиеся должны знать:***

- болезни, связанные с курением;
- причины и последствия табакокурения;
- вредное влияние табака на организм человека.

***Учащиеся должны уметь:***

- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- вести активный здоровый образ жизни.

***Учащиеся должны приобрести навык:***

- работы в коллективе;
- высказывания своих мыслей;
- изучения научной литературы.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Профилактика курения среди детей 7 - 11 лет.**

Работа с младшими школьниками по предупреждению табакокурения имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе, а с другой – психологическими особенностями школьников младших классов.

Поэтому следует учитывать, в частности, следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с младшими школьниками.

- ✓ Учитель является для младших школьников авторитетом. Негативное мнение учителя о курении, особенно среди подростков, молодежи должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на другие авторитетные для ребенка мнения.
- ✓ Младшие школьники чаще, чем взрослые, воспринимают мир в полярные категории: “хорошо-плохо”, “правильно-неправильно”. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка одеваться в “одежды темного цвета”.
- ✓ Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель более ярко, образно, фантастично, сказочно. Это же касается и работы с образами, связанными с тематикой табакокурения.
- ✓ Тяга и склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов учебной работы, касающихся тематики профилактики табакокурения.
- ✓ Большая, чем у школьников старших классов, связь младших школьников со своими родителями определяет большие возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к курению.

Курение как привычка встречается в младшем школьном возрасте в единичных случаях. При этом необходимо различать два вида раннего курения — “игру”,



основанную на любопытстве, подражании взрослым, случайном нерегулярном экспериментировании, и раннее начало курения, связанное с педагогической запущенностью ребенка и его вовлеченностью в компанию старших курящих подростков. Таким образом, если первый вид курения является прямым объектом профилактической работы, то второй помимо этого должен дополняться психологической и педагогической коррекцией поведения ребенка в рамках учебно-воспитательных программ.

Предупреждение табакокурения среди детей младшего школьного возраста, основано на разъяснении вредных последствий курения для организма.

Нередко учащиеся задают «провокационный» вопрос: «Почему взрослые курят, если это вредно, и почему продают сигареты, если все знают об их вредном воздействии?» Нужно сообщить детям, что курение входит в привычку, от которой бывает очень трудно избавиться. Курящие взрослые знают о вреде курения и чаще всего хотели бы бросить курить, но уже не могут сделать этого без специальной помощи.

Важно иметь в виду, что факт привыкания к табаку очень мало осознается юными курильщиками. У них существует иллюзия, что от курения можно отказаться в любой момент, что человек курит потому, что ему это нравится, а не потому, что уже не может обойтись без сигареты. Это необходимо постоянно подчеркивать, хотя психологические закономерности изменить трудно.

Значительное влияние на формирование привычек ребенка, его жизненных установок и будущего стиля жизни оказывают родители. Поэтому работе с ними нужно уделить особое внимание.

Таким образом, основными задачами предупреждения табакокурения младших школьников является разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного, здорового образа жизни, несовместимости с этим табакокурения, а также разъяснение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.

Цель профилактики – заложить установку, что курение – вредная привычка, пагубное пристрастие, наносящее вред здоровью.

Основными задачами при профилактике курения среди детей 7 - 11 лет являются:

- ✓ **I.** Формирование представления об основных системах организма человека и их функционировании;
- ✓ **II.** Разъяснение полезного влияния физических упражнений и закаливания на организм человека и вредного влияния курения;
- ✓ **III.** Разъяснения причин курения взрослых.

#### **Профилактика табакокурения для детей и подростков 11-13 лет.**

На данном этапе обучения нужно помнить, что подростки ориентированы на ближайшее окружение, а взрослые остаются чем-то внешним. В 11-13 лет ребенок начинает искать свой взрослый стиль, новый облик и очень важно, как на аддиктивные привычки настроен весь класс, а главное – лидер класса.

Так как психологический прессинг среды огромен, необходимо проводить работу прежде всего с родителями, с семьей. На родительском собрании даются установки для родителей:

- общайтесь со своими детьми;
- научитесь выслушивать своего ребенка;
- ставьте себя на его место;
- будьте рядом не на словах, а на деле;
- проводите больше времени вместе;
- дружите с его друзьями
- помните, что ваш ребенок уникален, он единственный в своем роде со всеми его недостатками.

Нормы профилактики для детей 11-13 лет – это дискуссия и ролевые игры.

Цель профилактики – выработка специальных навыков самооценки себя, как личности.



### **Профилактика табакокурения для школьников 14-15 лет**

По статистике именно у учащихся 7-х – 8-х классов происходит первое приобщение к табакокурению. Поэтому, в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого “пика” интереса к курению, именно в этих классах необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов и медицинских работников.

В этом возрасте прежние установки уже не действуют или действуют по-другому. Взрослые утрачивают свое влияние на школьника.

Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму давления группы. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может являться той минимальной жертвой, которую подросток готов принести, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте – важнейшая проблема для профилактики курения, а информирование о вредных последствиях табакокурения имеет только вспомогательное значение. Таким образом, предупреждение табакокурения в подростковом возрасте особенно необходимо проводить с учетом возрастнo-психологических особенностей учащихся.

Другой формой предупреждения табакокурения в подростковом возрасте является проведение ролевых игр, в ходе которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников.

#### **Предупреждение табакокурения у учащихся старших классов.**

Большинство исследователей указывают, что именно в старших классах количество курильщиков резко возрастает. В отличие от подростков, у старшеклассников в меньшей степени выражена эмоциональная зависимость от группы сверстников и на первый план выдвигаются формы поведения, выражающие индивидуальность. Им уже не надо кому-то доказывать свою взрослость. Соединение идеи курения с такими понятиями, как молодость, красота, жизненный успех, победа, в значительной степени укрепляет социально-психологическую мотивацию курения. Кроме того, у многих старшеклассников курение уже стало привычкой, 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 особую значимость приобретает тема отказа от курения.

Еще одна проблема, связанная с курением и актуальная для юношества — это проблема здоровья и красоты женщины, деторождения, материнства и охраны матери и ребенка от пагубного влияния табачного дыма. Поэтому одной из линий воспитательной работы со старшеклассницами должна быть их подготовка к будущему замужеству, материнству и родительству. Эта тематика составляет важный раздел в курсе подготовки юношей и девушек к семейной жизни.

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



## ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ.

| №<br>урока            | Тема урока  | Цель урока  |
|-----------------------|---|---|
| 7-11 лет.             |   |   |
| 1<br>2<br>3<br>4<br>5 | <p>Посмотрим на курение новыми глазами.</p> <p>Вторая экспедиция инопланетян.</p> <p>Почему важно быть здоровым. «Внешний вид курильщика»; «Сколько лет живёт курильщик»;</p> <p>Как попугай стал говорящим. «Почему не курят спортсмены».</p>                          | <p>Дать новые сведения о курении и в занимательной форме провести обсуждение полученных сведений.</p> <p>В занимательной форме дать основные представления о составе табачного дыма и вредном влиянии его компонентов на организм человека.</p> <p>Дать школьникам представления об основных органах и системах, их функциях и назначениях.</p> <p>Дать школьникам представление о вреде пассивного курения.</p> <p>Дать ученикам сведения о вредном влиянии курения на организм.</p> |
| 11-13 лет             |   |   |
| 6<br>7<br>8           | <p>Я – против курения!</p> <p>Мифы о курении. «Кого называют пассивным курильщиком»?</p> <p>Дискуссия: «Что нужно делать, если взрослые рядом курят»?</p> <p>Групповая игра-тренинг: «Прошрое, настоящее, будущее...»</p> <p>Влияние никотина на организм человека.</p> | <p>В ходе ролевой игры выработать специальные навыки противостояния аддиктивному поведению, выработать навыки поведения по преодолению давления.</p> <p>Развенчать значимость мотивирования курения.</p> <p>Дать школьникам представление о воздействии курения на отдельные органы системы человеческого организма.</p>  |
| 14-15 лет             |   |   |
| 9                     | <p>Как бросить курить?</p> <p>Права курящих и права некурящих.</p> <p>Женщина и курение.</p>  | <p>Познакомить учащихся с наиболее доступными методами отказа от курения, которые они могли бы применить самостоятельно.</p> <p>Обсуждение этических аспектов курения в общественных местах, дома, в присутствии некурящих, обоснование правомерности ограничения курения.</p> <p>Повысить мотивацию некурения у девушек; объяснение несовместимости курения и здоровья будущих детей.</p>  |
| Возраст учащихся      | Мероприятия   |   |
| 7-11 лет              | <p>Конкурс плакатов, буклетов.</p> <p>День здоровья</p> <p>Классные часы.</p> <p>Международный день отказа от курения.</p> <p>Акция «Я не курю и тебе не советую»</p> <p>Распространение памяток, листовок о вреде курения</p>  |   |
| 11-13 лет             | <p>Конкурс плакатов, буклетов.</p>  |   |

|           |  |
|-----------|--|
|           | День здоровья<br>Акция «Ты выбираешь сам!»<br>Школьный сбор: «Бросай курить – ты уже не маленький»<br>Классные часы<br>Международный день отказа от курения.<br>Акция «Я не курю и тебе не советую»<br>Распространение памяток, листовок о вреде курения   |
| 14-15 лет | Конкурс плакатов, буклетов.<br>День здоровья<br>Дискуссионный клуб Территория риска<br>Акция «Ты выбираешь сам!»<br>Школьный сбор: «Бросай курить – ты уже не маленький»<br>Классные часы<br>Дискотека «Я выбираю жизнь»<br>Конкурсы рекламных щитов<br>Встречи со специалистами и людьми, сумевшими преодолеть вредные привычки<br>Просмотр кинофильмов и видеофильмов, которые отражают ситуации борьбы людей с собственными пороками и пути их преодоления<br>Международный день отказа от курения.<br>Акция «Я не курю и тебе не советую»<br>Распространение памяток, листовок о вреде курения |

## РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

### ЗАДАЧА:

Повышение психолого-педагогической культуры родителей и воспитательной функции семьи.

Профилактика курения ведётся в тесной связи с родителями. Курение может стать частью «семейного круга». Дети, которые чувствуют, что их родители не одобряют их курение, приблизительно в семь раз менее вероятно станут курильщиками, чем те, кто думает, что родители одобряют это. Влияние родителей сильнее всего ощущается для младших подростков. Не стоит упускать возможность и обратного влияния детей на родителей. Большинство взрослых курильщиков хотят бросить курить, но им часто не хватает какого-то дополнительного стимула. Активная позиция ребенка, как минимум в защиту своего права дышать у себя дома воздухом, свободным от табачного дыма, может помочь их родителям расстаться с вредной привычкой. Будет профилактика табакокурения подростков и молодежи успешной или нет, во многом зависит от семьи.

### ПРОГРАММА ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

| №  | ТЕМА   | ФОРМА        |
|----|--|--------------|
| 1. | Курение подростка: миф и реальность  | лекция       |
| 2  | Болезни, вызываемые курением   | лекция       |
| 3  | Вредные привычки в семье. Табакокурение и закон (№87-ФЗ «об ограничении курения табака») | круглый стол |



|   |  |  |
|---|--|--|
| 4 | Физическая культура против табакокурения.  | веселые старты<br>(родители с детьми)                                  |
| 5 | Культура свободного времяпрепровождения подростков как актуальная задача родителей. Формирование устойчивых установок против вредных привычек у подростков | дискуссия  |
| 6 | Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья детей и подростков   | совместный туристический поход<br>(родители и подростки)<br>по классам |

### Литература

- ✓ 1. Федеральный закон от 10 июля 2001 г. N 87-ФЗ "Об ограничении курения табака" (с изменениями от 31 декабря 2002 г., 10 января 2003 г., 1 декабря 2004 г.)
- ✓ 2. Федеральный закон от 2 января 2000 г. N 29-ФЗ "О качестве и безопасности пищевых продуктов" (с изменениями от 30 декабря 2001 г., 10 января, 30 июня 2003 г., 22 августа 2004 г., 9 мая 2005 г.)
- ✓ 3. Федеральный закон от 18 июля 1995 г. N 108-ФЗ "О рекламе" (с изменениями от 18 июня, 14, 30 декабря 2001 г., 20, 22 августа, 2 ноября 2004 г., 9 мая, 21 июля 2005 г.)
- ✓ 4. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 28 февраля 2005 г. N 163 "Об утверждении предупредительных надписей о вреде курения табака"
- ✓ 7. Касаткин В.Н. и др. Принципы создания программы профилактики курения в школе. // Вестник образования, № 13, 2001, с. 57-71.
- 8. Савченко Е.В., Жиренко О.Е. Классные часы: 5-9 классы. – М.: ВАКО, 2007. – 176 с.
- ✓ 9. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 5-7 классы. – М.: ВАКО, 2009. – 208 с.
- ✓ 10. Соловьёв С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-метод. пособие // М.: Дрофа, 2006. – 192 с.
- ✓ 11. Справочник социального педагога: 5-11 классы / авт.сост. Т.А. Шишковец. М.: ВАКО, 2007.- 336 с.
- ✓