**Центр психолого-медико-социального сопровождения**

Выборгского района Санкт-Петербурга

Отдел профилактики правонарушений для детей и подростков

структурное подразделение «Кабинет профилактики наркозависимости»

**согласовано**  **принято**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ на Совете Центра

Старший преподаватель протокол №\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_

кафедры педегогики и андрагогики \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СПб АППО Директор А.Н. Кургинова

к.п.с.н. Н.И. Цыганкова «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 г.

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 г.

**Учебная программа**

**УЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ИГРА**

по сохранению и укреплению здоровья

учащихся 1-2 классов

«Волшебники в стране здоровья»

(профилактика употребления психоактивных веществ учащимися начальной школы)

 Составитель:

 Педагог-психолог

 Куликова И.И.

Педагог-психолог

 Шморина А.С.

Санкт-Петербург

2013 г.

**Пояснительная записка**

**Название учебной программы:** игра **«**Волшебники в стране здоровья**»** (профилактика употребления психоактивных веществ учащимися начальной школы).

**Направленность:** учебная программапроводится в игровой форме и направлена на первичную профилактику употребления психоактивных веществ (табакокурение, алкоголизма, наркомании), предназначена для работы с учащимися 1-2 классов начальной школы в образовательных учреждениях, детско-подростковых клубах, досуговых Центрах, учреждениях дополнительного образования.

 **Актуальность:** здоровье подрастающего человека - это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок сам должен уметь быть не только здоровым, но и воспитывать в будущем здоровых детей. Приобщение школьника к проблеме сохранения своего здоровья это, прежде всего процесс социализации - воспитание. В хорошем здоровье подрастающего поколения заинтересованы все – и родители, и педагоги, но практика показывает, что они прикладывают недостаточно усилий для его сохранения. Здоровье детей с возрастом ухудшается: их функциональные возможности в ходе учебы снижаются, что затрудняет усвоение учебной программы, ограничивает выбор будущей профессии. Базовое, а тем более профилированное школьное образование должно не ухудшать, а улучшать здоровье учащихся посредством совершенствования их знаний, формирования умений и навыков укреплять свое здоровье и здоровье окружающих.

Актуальность даннойпрограммы обусловлена потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании. Многие годы ребёнок проводит в стенах образовательных учреждений, и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагогов. Долгое время наше образование не уделяло должного внимания сохранению, укреплению и развитию здоровья, уходило от оценок влияния педагогического процесса, на психическое состояние обучаемых, не рассматривало игровые технологии с точки зрения здоровьесберегающей направленности.

Цель здоровьесберегающих игровых технологий - обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Цель игры:** формирование у детей негативной установки по отношению к употреблению психоактивных веществ путём формирования здорового жизненного стиля.

**Общие задачи:**

1. Развивать у детей способность к рефлексии.

2. Развивать у детей навыки самоконтроля.

3.  Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

4. Создать условия для проявления социальной активности, развитие креативности у детей

**Специфические задачи**:

1. Сформировать представление о ценности жизни и необходимости созидания здоровья.

2. Сформировать у детей представление об употреблении психоактивных веществ как угрозе внутренней стабильности личности.

3. Привлечение внимания общественности к проблеме укрепления здоровья детей.

4.  Научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;

5. Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;

6. Сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

**Отличительные особенности**: учитывая возрастные особенности учащихся начальной школы можно сказать, что именно Игра формирует в этом возрасте типовые навыки социального поведения, являясь своеобразным показателем проявления многих важнейших черт личности. Замечено, что дети, не доигравшие в детстве, страдают «игровым дефицитом» и сохраняют его на всю жизнь. Игровой дефицит вытекает в конфликтность с окружающими. Игра даёт возможность моделировать различные ситуации жизни, искать выходы из сложных ситуаций. В игре ребёнок созревает для решения реальных жизненных проблем.

Поэтому игра выстроена таким образом, что предоставляет возможность учащимся начальной школы осмыслить будущее, получив необходимую информацию и знания, в области профилактики зависимого поведения, в процессе прохождения предложенных препятствий.

**Категории обучающихся:** 1-2 классы (7-8 лет).

В состав одной команды входит: 10-12 человек.

**Сроки реализации:** в течение учебного года.

**Форма и режим занятий:** программа может проводиться:

1) В день здоровья учащихся – 3 часа (180 минут) с тремя 15 минутными перерывами;

2) На классных часах 1 игра - три классных часа;

Игра не должна походить на уроки по общеобразовательным предметам.

**Ожидаемые результаты:**

1) формирование антинаркотических установок (неприятие любых форм наркотизации, понимание употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровья, социального благополучия, установка на отказ от пробы вещества);

2) безопасное поведение в ситуациях, связанных с возможностью неблагоприятного воздействия на здоровье ребёнка психоактивных веществ (например, немедицинское употребление лекарственных средств, пассивное курение), а также в ситуациях опасности от лиц в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

3) развитие коммуникативных способностей у учащихся.

**Методы оценки результативности:** творческие работы учащихся, заключительная итоговая анкета.

**Итоги реализации игры:** выставка творческих работ и заданий в процессе игры, создание мультимедийных проектов, участие ребят в акциях по профилактике наркозависимости на уровне района и города.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п. /п. | Тема занятий | Количество часов |
| 1. | Диагностика факторов риска «Отношение к ценности здоровья и здоровому образу жизни» | 35 мин. |
| 2. | «Сплочение команд» | 20 мин. |
| 3. | «Формирование навыков сохранять здоровье» | 10 мин. |
| 4 | «Формирование потребности заботиться о своём здоровье» | 10 мин. |
| 5. | «Формирование образа мира, в котором живут учащиеся, через творческую деятельность» | 15 мин. |
| 6. | «Формирование и развитие ответственного отношения к своему организму» | 10 мин. |
| 7. | «Развитие творческих возможностей» | 10 мин. |
| 8. |  «Формирование навыков соблюдения режима дня» | 15 мин. |
| 9. | «Формирование потребности в здоровом образе жизни и развитие творческих возможностей» | 15 мин. |
| 10. | «Закрепление полученных навыков» | 25 мин. |
| 11. | Итого | 2 часа 05 минут (165 мин.) |

**Содержание игры**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п. / п. | Этапы | Цель | Методика проведения | Оснащение  | Продол-житель-ность |
| 1. | **Диагнос-тика** | Выявление уровня сформированности понятия здоровый образ жизни, принятия его, а также уровня осведомленности о привелегиях ведения здорового стиля жизни, наличие навыков и знаний о защите здоровья. | Испытуемым выдаются готовые бланки (Приложение № 1). Педагог – психолог просит в бланках отметить свою фамилию, имя, возраст, номер ГБОУ школы, класса и дату проведения диагностического обследования. По завершению работы листы с результатами сдаются психологу для дальнейшего анализа. | Распечатанные бланки диагностики на каждого участника. | 35 мин. |
| 2. |  **«Откры-тие веду-щими игры»** | Представле-ние целей и задач игры «Волшебни-ки в стране здоровья». | **1.Ведущий (подросток – волонтер):**Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! ГоворитьДруг другу здравствуй – это, значит, желать здоровья. Здравствуйте! Говорят при встречах, желая здоровья, так и мы приветствуем вас. -Утром кто-то очень странныйЗаглянул в наше окно,На ладони появилосьЯрко желтое пятно Это солнце заглянулоБудто руку протянулоТонкий лучик золотойИ как с первым лучшим другомПоздоровалось со мной.- Солнце встречает каждого из нас теплом и улыбкой. Дарит каждому хорошее настроение. И мы хотим вам пожелать, чтобы каждый день приносил вам радость!-Ребята, а что нужно человеку, чтобы быть всегда в хорошем настроении, в отличной форме?- Здоровье – это самое большое богатство и его нужно беречь. Если нет здоровья, нет счастья, нет настроения, но не все об этом помнят.Сегодня мы с вами отправимся в мир сказки. Сегодня вам предстоит вспомнить много разных сказок, для того чтобы справиться со всеми заданиями, а также вы поможете сказочным героям живущим в стране Здоровья, которых заколдовал злой колдун. Ну, что вы готовы? Тогда мы отправляемся в сказочное путешествие!  *О чем скрипит половица,И спице опять не спитсяПрисев на кровати подушки.**Уже навострили ушки…**И сразу меняются лица,Меняются звуки и краски,Тихонько скрипит половицаПо комнате ходит сказка.* | Помещение способное поместить от 30 до 90 учащихся в зависимости от количества участвующих классов (кабинет, спортивный зал, актовый зал, рекреация);2) Столы по количеству участвующих команд, стулья по количеству участников;3) Листы А 4, ватманы, маркеры, фломастеры;4) Видеокамера, фотоаппарат.5) Таблички с названиями команд,оценочные листы,листы с заданиям для волонтёров. | 20 минут. |
| 3. | Город **«Ска-зочные герои»** | Формирование интереса к сказкам, как одного из способов проведения досуговой деятельности | *Дети должны по некоторым фразам из сказок, отгадать главного героя и название сказки. Поднимают руку, отвечают, за правильный ответ получают жетон – «здравушки».***Ведущий (подросток-волонтёр):**ребята давайте вспомним сказочных героев живущих в стране Здоровья. За каждый правильный ответ вы получите жетон – «здравушку», которые помогут освободить сказку от чар злого колдуна.1. «Это было тогда, когда на наших окнах зацвели прекрасные розы. Мы жили дружно и весело, но однажды мне в глаз попал осколок и я все стал видеть злым и бесцветным. (**Кай) Г. Х. Андерсена «Снежная королева».**2.**«**Появился на птичьем дворемаленький птенец – утенок и до того он был безобразный, с большой головой и длинной шеей, что птицы не приняли его в свою семью. **Г. Х. Андерсен «Гадкий утенок».**3. У Руслана Людмилу нахально, украл,С бородой длиннющей по небу леталВыше леса и звезд, выше сказочных горЗлой и хитрый волшебник старик…**(Черномор)**4. В кого влюбился князь Гвидон?Чьей красотою был сражен?На мой вопрос легко ответить!Прекрасней всех…  **(Царевна Лебедь).** 5. Кто был в плену у Бармалея?Зверушек кто лечить умеет?На помощь к ним всегда спешит.Наш добрый доктор… **(Айболит)** 6. Кто громче всех свистеть умеет?И только страх повсюду сеет!Гроза дорог, лесов, полей – То злой разбойник…  **(Соловей).** 7. На двери он глядит в тревогеУмывальник хромоногий,Всех мочалок командирВ чудесной сказке…**(Мойдодыр)**8. Без хозяйки плохо быть,А она им обещалаИх не пачкать и не бить… (**Федора)** 9. Скорей бы близился вечерИ час долгожданный настал,Чтоб мне в золоченой каретеПоехать на сказочный бал.Никто во дворце не узнает,Откуда я, как я зовусь,Но только лишь полночь настанет,К себе на чердак я вернусь. (**Золушка)**10. Это Гена крокодилМногим долго неизвестныйстал он каждому дружоквсем по сказкам интересноймальчик луковка знаком.Очень быстро и недлинноОн зовется….**(Чипполлино)**11. С грядки старушка цветок сорвала,Девочке Жене его отдала.В цветке, в лепестках есть Волшебная силаИх девочка Женя о чем-то просилаЧто надо сказать лепестки обрывая?Как называется сказка такая?**(Цветик-семицветик)****Ведущий (подросток – волонтер):** молодцы ребята! Вы правильно ответили на все мои вопросы. Вижу, знаете вы сказочных персонажей. Дети, только что я узнала, что злой волшебник, перепутал законы, по которым живут сказки в стране Здоровья и теперь, сказочные герои плачут и не знают, как им жить. Кто из вас хочет им помочь?   | Карточки с фразами из сказок, жетоны «здравушки». | 10 минут. |
| 4. | Город **«Законы страны Здоро-вья»** | Закрепить уверенность в собственных знаниях о привилегиях здорового образа жизни. | **Ведущий (подросток – волонтер):** главные законы в стране Здоровья - движение, закаливание, питание, режим дня. Факторы, ухудшающие здоровье — употребление алкоголя, курение. Сейчас вам предстоит ответить на вопросы и дать два ответа «Да» или «Нет». *Волонтёры оценива-ют ответы.* *За правильные ответы командам присуждаются жетоны «здравушки».****Вопросы викторины:***1. Согласны ли вы, что зарядка - это источник бодрости и здоровья? *(Да)*
2. Верно ли, что жвачка сохраняет зубы? *(Нет)*
3. Верно ли, что кактусы снимают излучение от компьютера? *(Нет)*
4. Верно ли, что от курения ежегодно погибает более 10000 человек? *(Да)*
5. Правда ли, что бананы поднимают настроение? *(Да)*
6. Легко ли отказаться от курения? *(Нет)*
7. Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год? *(Нет.)*
8. Правда ли, что недостаток солнца вызывает депрессию? *(Да)*
9. Молоко полезнее йогурта? *(Нет)*
10. Ходить босиком полезно для укрепления стопы? *(Да)*
11. Морковь замедляет процесс старения организма? *(Да)*
12. Детям достаточно спать ночью 8 часов? *(Нет)*
13. В организме человека под воздействием солнечных лучей вырабатывается витамин *(Да)*
14. Правда ли, что горький-чёрный шоколад активизирует работу мозга и поднимает настроение? *(Да)*
15. Если хочешь стройным быть,

Надо сладкое любить.Ешь конфеты, жуй ирис,Строен, стань, как кипарис. *(Нет)*1. Чтобы правильно питаться,

Вы запомните совет:Ешьте фрукты, кашу с маслом,Рыбу, мед и винегрет. *(Да)*1. Не забудь перед обедом

Пирожком перекусить.Кушай много, чтоб побольшеСвой желудок загрузить. *(Нет)*1. Нет полезнее продуктов

Вкусных овощей и фруктов.И Сереже и Ирине – Всем полезны витамины. *(Да)*1. Если хочешь быть здоровым,

Правильно питайся,Ешь побольше витаминов,С болезнями не знайся! *(Да)* | Карточки с вопросами, жетоны «здравушки». | 10 минут. |
| 5. | Город **«Пословиц».** | Осознания личностной ценности здоровья, установок на здоровый образ жизни. | **Ведущий (подросток – волонтер):**а теперь ребята поможем убедить злого волшебника, что здоровье - это главная человеческая ценность!!! И тогда злой волшебник превратиться в доброго!!! Давайте вспомним пословицы о здоровье! (дети должны вспомнить окончание пословицы).1. *В здоровом теле —* ***здоровый дух.***
2. *Береги платье снову, а* ***здоровье смолоду****.*
3. *Здоров будешь —* ***все добудешь****.*
4. *Здоровье сгубишь — новое* ***не купишь****.*
5. *Двигайся больше –* ***проживешь дольше****.*
6. *Чеснок да лук от* ***семи недуг.***
7. *Кто не курит, кто не пьет, тот* ***здоровье бережет****.*
8. *Чистота -* ***залог******здоровья.***
9. *После обеда полежи, после* ***ужина походи****.*
10. *Если хочешь быть* ***здоров – закаляйся***
11. *Держи голову в холоде, живот в голоде, а* ***ноги в тепле****.*
12. *Курить - здоровью* ***вредить****.*
13. *Самого себя лечить, только* ***портить****.*
14. *Больному и мед не вкусен, а здоровый и камень* ***ест****.*
 | Карточки с пословицами. | 15 минут. |
| 6. | Город **«Зага-док»** | Закрепить уверенность в собственных знаниях о привилегиях здорового образа жизни. | **Ведущий (подросток – волонтер)**: Ребята, у меня в руках цветок ромашки. На лепестках ромашки записаны вопросы. Я отрываю лепесток и зачитываю вопрос. За правильный ответ, команда зарабатывает «здравушка».1. Сладкий камень в воде тает. *(Сахар)*
2. Жидко, а не вода, бело, а не снег. *(Молоко)*
3. В доме еда, а дверь заперта. *(Яйцо)*
4. В воде родится, а воды боится. *(Соль)*
5. Эти растения являются хорошим средством в профилактике простудных заболеваний.

*(Лук, чеснок)*1. Самое простое правило избежать «болезни грязных рук» - это … *(Мытьё рук перед едой)*
2. Недостаток этого элемента в организме способствует возникновению кариеса. *(Фтор)*
3. Именно такой водой рекомендуют мыть овощи и фрукты. *(Кипячёной).*
4. Красная и белая,

Вкусная и спелая.И черна она бывает.Кто ее здесь угадает? *(Смородина).*1. Черная мышка

Сидит в домишке.Ушки зелены,Торчат из земли. *(Редька).*1. Проложили две дорожки,

Чтоб по снегу мчались ножки,Быстрые, новыеНожки те кленовые. *(Лыжи).*1. Ах, какой огромный стол!

Для каких обедов он?Нет, обедать здесь не станем:Сетку туго мы натянем -Скачет шарик там и тут.Как игру эту зовут? *(Настольный теннис).*1. Плещет тёплая волна,

Под волною белизна.Отгадайте, вспомните,Что за море в комнате? (*Ванна).*1. Костяная спинка,

Жёсткая щетинка,С мятной пастой дружит,Нам усердно служит *(Зубная щётка).*1. Лёг в карман и караулит-

Рёву, плаксу и грязнулю,Им утрёт потоки слёз, Не забудет и про нос *(Носовой платок).* | Цветок ромашки на лепестках которого написаны вопросы, жетоны «здравушки». | 10 минут. |
| **7.** | Город **«Фанта-зия»** | Развитие креативных способностей у детей | **Ведущий (подросток – волонтер)**: ребята, а слышали ли вы о таком известном детском писателе Киплинге. Он написал такие сказки, как: «Почему у слона длинный нос», «Откуда у верблюда горб» и другие. Но объяснял он происхождение носа и горба, конечно же, по - сказочному. Давайте сейчас вы сами придумаете объяснения к своим сказкам, названия которых я вам сейчас скажу.*Дети выбирают одну из предложенных карточек, на которых написано название сказки. Ребята, придумывают, свою версию сказки. На это задание отводится 10 минут.***«Почему помидор красный?»**Примерные ответы: (*Потому что он очень любил лежать на солнце, а однажды, в жаркий солнечный день, он заснул, сильно обгорел и покраснел. С тех пор, все помидоры красного цвета.*)**«Почему огурец пупырчатый?»**(*Потому что огурец, очень боялся холода, а так же был трусливый. Поэтому когда он боялся и дрожал от холода, у него появлялись, пупырышки. С тех пор, все огурцы вырастают пупырчатые*.)**«Почему лимон кислый?»**(*Потому что с лимоном, ни кто не дружил. Из-за этого, у него всегда было плохое настроение. Он был всем не доволен и ходил с кислым видом. С тех пор все лимоны кислые*.) | Карточки с названиями сказок. | 10 минут. |
| **8.** | Город**«Успе-вайка»** | Развитие функции самоконтроля | **Ведущий (подросток – волонтер):**вот и прибыли вы в следующий город.-Ребята, а что такое режим дня?**Ведущий (подросток – волонтер):**-Режим, ребята, много значит: Поможет он решить задачи,Когда ложиться и вставатьКогда тетрадку открывать,Чтобы садиться за уроки. -Когда гулять идти, когда…**Ведущий (подросток – волонтер):**ответ получишь ты тогдаКогда изучишь ты режимИ станет он тебе родным.Если ты с режимом дружишь,Успеваешь всё, что нужно!**Волонтёр:**- Почему один второклассник всё успевает и уроки приготовить, и в спортивную секцию позаниматься, и с друзьямипогулять, и книжки почитать, и по дому помочь? На столе у него всё прибрано, одежда в порядке.А у другого только обещания: завтра, завтра. Вот так и живут «успевайки» и «неуспевайки». Есть  у наших «успеваек» секреты и вы должны их разгадать и написать на листочке из чего состоит режим дня.**Ведущий (подросток – волонтер):**-Ты волю лени не давай.Сигнал будильник дал – вставай!**(Подъём)**И, как заведено порядком,Займись физической зарядкой.**(Зарядка,** у**мылись, позавтракали)**Теперь и бодрый, и весёлый,Ты отправляться можешь в школу!**(Занятия в школе, путь домой и обед)**Обед! Но прежде, милый мой,Без лени с мылом руки мой!После обеда отдохнуть,Конечно, тоже не забудь!А что теперь?Во весь упорС мячом, с ракеткою – во дворСкакалка тоже, спору нет,Тебе полезна с малых лет.А на морозные денькиЕсть лыжи, санки и коньки.**(Прогулка на свежем воздухе, кружки)**Домой придя,Учебник в руки –Настало время для науки.**(Выполнение д. / з., ужин)**Ещё не время для подушки-Достань любимые игрушки.А можешь музыкой занятьсяИль снова потренироватьсяС мячом, с гантелькой –С чем захочешь…**(Занятие любимым делом)**Учитель:**(Приготовление ко сну в 21.00)**И всё.Теперь – скорей в кроватьИ до рассвета крепко спать.А не забыл ты, между прочим,Всем пожелать спокойной ночи?!**Волонтёр:**Ну вот, ребята, таким должен быть ваш режим дня!Так что такое режим дня? А это ребята ежедневный распорядок ваших дел. | Листы А 4 жетоны «здравушки», ручки.  | 15 минут. |
| **8.** | **Карта страны Здоровья** | Создание условий для проявления творческих способностей учащихся в профилактике зависимого поведения  | **Ведущий (подросток – волонтер):** ребята в городе «Фантазия», вы придумывали интересные сказочные версии. Наверное, вы стали хорошими сказочниками! Может быть, когда вы вырастите, то станете известными писателями. Возможно, и ваши произведения будут такими же популярными! А теперь ребята у вас достаточно «здравушек» чтобы расколдовать страну Здоровье. Остается только последнее задание нарисовать эту страну на ватмане, а «здравушки» вам в этом помогут.Дети на ватмане рисуют страну Здоровья и приклеивают «здравушки», как символ освобождения страны от чар злого колдуна. | Ватман по количеству команд, жетоны «здравушки», фломастеры, маркеры, цветные карандаши. | 15 минут. |
| **9.** | **«Закры-тие игры»**  | Закрепление собственных достижений учащихся | **Ведущий (подросток – волонтер):** наша встреча завершается, я ду­маю, что все присутствующие в этом зале решат для себя, что главное для вас это ЗДОРОВЬЕ! Нет — вредным привычкам! Да - здоровому образу жизни!**Подведение итогов:**1) итоговая анкета (приложение №2)2) общий подсчёт жетонов «здравушек» проводится на последнем этапе.3) награждение победителей;4) заключительное слово подростков волонтёров, команд, представителей ГБОУ, специалистов проводивших игру из отдела профилактики правонарушений по результатам игры, сбор пожеланий на будущее. | Анкеты по количеству учащихся, грамоты и благодарственные письма. | 25 минут. |

**Методическое обеспечение:**

- помещение способное разместить учащихся от 20 до 90 человек в зависимости от количества участвующих классов (кабинет, спортивный зал, актовый зал, рекреация); со столами (по количеству команд) и стульями по числу участников игры;

- жетоны – «здравушки», ватман, карандаши, клей, карточки с названием сказок, макет цветка – ромашки;

 -доска с мелом и магнитами, перекидным ватманом;

-листы А 4 пачка, ватманы;

- видеокамера, компьютер, принтер, сканер, фотоаппарат;

- ручки, маркеры;

- прозрачные конверты;

- таблички с названиями кабинетов, карта прохождения препятствий листы команд, листы с заданиями на каждом ;

- распечатанные итоговые анкеты по количеству участвующих в игре;

Присутствие в работе команд классных педагогов, представителя администрации общеобразовательного учреждения и родительского комитета и заинтересованных педагогов, от начала до конца игры.

**Приёмы и методы:**

- диалоги, дискуссии;

- работа в малых группах;

- мозговой штурм;

- творческая деятельность, создание мультимедийных проектов, акций;

- итоговый круг;

- анкетирование.

**Список литературы:**

1. Беркалиев Т.Н. Социальному педагогу о профилактике наркозависимости у детей и подростков. – СПб.: Издательство РГПУ им А.И. Герцена, 2001. – 62 с.
2. Дмитриев Д.А. Дмитриева И.Р. Предупреждение употребления психоактивных веществ подростками (Практическое пособие по проведению тренинга) под общей редакцией А.К. Колеченко. – СПб.: СПбГУПМ: 2002. – 44 с.
3. Классные часы. 5-11 классы. Диалоги о здоровье: мастерские, тренинги, деловые игры, беседы / авт.-сост. С.А. Брагина, Л.В. Авдощенко. – Учитель, 2009. – 203 с.
4. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников. Пособие для учителей начальной школы. / Под ред. М.М. Безруких – СПб.: издательство «Образование – Культура», 1999. – 120 с.
5. Организация профилактики наркомании в системе образования Санкт-Петербурга. Часть 5: Справочные материалы / Сост. Н.И. Цыганкова. – СПб.: СПбАППО, 2008. – 60 С.
6. Руководство по работе с подростками «Смотри по жизни вперед». Авторский коллектив: Латышев Г.В., Орлова М.В., Яцишин С.М., Титова О.А., Речнов Д.Д., М.: ООО «Издательский дом «Аrs Longa», 2002. – 112 с.

**Приложение № 1**

**Центр психолого-медико-социального сопровождения**

Выборгского района Санкт-Петербурга

Отдела профилактики правонарушений для детей и подростков

структурное подразделение

«Кабинет профилактики наркозависимости»

Диагностика факторов риска

«Отношение к ценности здоровья и здорового образа жизни»

для учащихся 1- 2х классов

Фамилия, имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения (возраст)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Школа № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата проведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Оцените свое здоровье по пятибалльной шкале (из нижеперечисленного закрась нужный кружочек):
* 5 - крепкое здоровье, не болею
* 4 - хорошее, редко болею
* 3 - слабое
* 2 - плохое
* 1 - очень плохое, часто болею
1. Как ты считаешь, людям нужно следить за своим здоровьем? (закрась нужный кружок)
* Да
* Нет
1. Что поможет человеку не только сохранить, но и укрепить свое здоровье? (из нижеперечисленного закрась нужный кружочек)
* Прогулки на свежем воздухе
* Спать до обеда
* Употреблять в пищу чипсы, сухарики, газировку
* Соблюдать режим дня
* Употреблять в пищу полезные и богатые витаминами продукты
* Долго сидеть за компьютером
* Следить за гигиеной
1. Как ты считаешь, необходимо ли человеку делать зарядку, заниматься спортом? (закрась нужный кружок)
* Да
* Нет
1. Как ты считаешь, какие из предложенных продуктов полезны для человека? (из нижеперечисленных вариантов отметь верные ответы, закрашивая кружки):
* Молоко
* Сухарики
* Чипсы
* Фрукты
* Овощи
* Рыба
* Гамбургеры
1. Необходимо ли человеку соблюдать режим дня? (закрась нужный кружок)
* Да
* Нет
1. Оля, Вера и Таня не могут решить, сколько раз в день нужно чистить зубы. Кто из девочек прав? (выбери правильный ответ и закрась кружок)
* Оля: зубы нужно чистить только по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи.
* Вера: зубы необходимо чистить утром и вечером по правилам гигиены.
* Таня: лучше чистить зубы по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день.
1. Как ты считаешь, правильный режим дня – это… (из нижеперечисленных вариантов отметь верный ответ, закрась кружок):
* Питаться 4- 5 раз в день
* Ежедневно делать зарядку
* Ежедневный распорядок твоих дел
* Вовремя ложиться спать
* Гулять на свежем воздухе
* Посещать кружки
1. В какое время ребятам твоего возраста необходимо ложиться спать? (выбери правильный ответ и закрась кружок)
* 20.00
* 21.00
* 22.00
1. Из нижеперечисленных напитков отметь те напитки, которые являются полезными для здоровья (отметь верные ответы, закрашивая кружки):
* Сок
* Квас
* Коктейль, в котором содержится алкоголь
* Газированная вода (лимонад)
* Пиво
* Минеральная вода (без газа)
* Вино
* Кефир
1. Какие привычки являются полезными для здоровья?

 (из нижеперечисленных вариантов отметь верные ответы, закрашивая кружки):

* Соблюдать режим дня
* Долго сидеть у телевизора или за компьютером
* Правильно и регулярно питаться
* Грызть ногти
* Драться
* Читать книги
* Посещать кружки
* Ежедневно бывать на свежем воздухе
* Пробовать незнакомые вещи
* Закаляться
* Соблюдать правила гигиены
* Ежедневно делать утреннюю зарядку
1. Какие из перечисленных ценностей ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни?

 (из нижеперечисленных вариантов отметь верные ответы, закрашивая кружки):

* Иметь много денег
* Много знать и уметь
* Быть здоровым
* Быть самостоятельным (самому принимать решения)
* Иметь интересных друзей
* Быть красивым и привлекательным
* Иметь любимую работу
* Жить в счастливой семье

**Спасибо за участие в анкете!**

**Приложение № 2**

**Центр психолого-медико-социального сопровождения**

Выборгского района Санкт-Петербурга

Отдела профилактики правонарушений для детей и подростков

Структурное подразделение – Кабинет профилактики наркозависимости

Игра по станциям **«**Волшебники в стране Здоровье!**»**

**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ АНКЕТА ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ИГРЫ.**

Уважаемый участник! Пожалуйста, заполни эту анкету. Своё имя и фамилию писать не надо. Только отмечай те варианты ответов, которые тебе подходят. Не подглядывай в чужие анкеты. Если ты случайно сделаешь ошибку, ты можешь её исправить – главное, чтобы было понятно, что ты хотел сказать. Когда заполнишь всё, сложи листочек пополам, чтобы твоих ответов не было видно, и сдай его. Старайся отвечать честно.

Школа № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата проведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Твой возраст: \_\_\_\_\_\_\_\_ лет

|  |
| --- |
| Твой пол: * мальчик
* девочка
 |

1. Оцените свое здоровье по пятибалльной шкале (выбери нужный ответ и закрась кружок):
* 5 - крепкое здоровье, не болею
* 4 - хорошее, редко болею
* 3 - слабое
* 2 - плохое
* 1 - очень плохое, часто болею
1. Тебе понравилось участвовать в игре?
* Да
* Нет
1. Как ты считаешь, людям необходимо следить за своим здоровьем?
* Да
* Нет
1. Что поможет человеку не только сохранить, но и укрепить свое здоровье (из нижеперечисленных вариантов отметь верные ответы, закрашивая кружки)?
* Прогулки на свежем воздухе
* Спать до обеда
* Употреблять в пищу чипсы, сухарики, газировку
* Соблюдать режим дня
* Употреблять в пищу полезные и богатые витаминами продукты
* Долго сидеть за компьютером
* Следить за гигиеной
1. Как ты считаешь, необходимо ли человеку делать зарядку, заниматься спортом?
* Да
* Нет
1. Необходимо ли человеку соблюдать режим дня?
* Да
* Нет
1. Хотел (а) бы ты принимать участие в таких мероприятиях в будущем?
* Да
* Нет
1. Понравилось ли тебе быть в команде?
* Да
* Нет
1. Появилось ли у тебя желание после прохождения игры вести здоровый образ жизни?
* Да
* Нет
1. Как ты считаешь, игра «Волшебники в стране здоровья» поможет в дальнейшем твоим одноклассникам соблюдать здоровый образ жизни?
* Да
* Нет

**СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ В ИГРЕ!**