**ПРОЕКТ**

**ИНСТРУКТИВНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПИСЬМО**

**по использованию учебного пособия «Наш выбор: здоровый образ жизни» (автор Я.В. Соколов) в работе с учащимися 7-9 классов образовательных организаций Калужской области**

1. **Введение**

В современных условиях духовно-нравственное развитие и воспитание гражданина России становится ключевым фактором развития страны, обеспечения духовного единства народа и экономической стабильности. Невозможно создать современную инновационную экономику, минуя человека, состояние и качество его внутренней жизни. Темпы и характер развития общества непосредственным образом зависят от гражданской позиции человека, его мотивационно-потребностной сферы, жизненных приоритетов, нравственных убеждений, моральных норм и духовных ценностей. Воспитание человека, укрепление его интереса к жизни, любви к своей стране, потребности творить и совершенствоваться есть важнейшее условие успешного развития России.

Вместе с тем, влияние таких факторов, как отсутствие четких нравственных ориентиров, авторитет неформальных коллективов приводят к популярности асоциальных проявлений в среде молодёжи. Самих подростков зачастую беспокоит ощущение одиночества, тревожности, аутоагрессии.

Дети и подростки, в силу своих возрастных психологических особенностей, готовы воспринимать все новое и непознанное, не задумываясь о последствиях. При этом они еще идеологически неустойчивы, в их умы легче внедрить как положительный, так и отрицательный образ. Когда нет положительной альтернативы, то идеологический вакуум быстро заполняется наркотиками, курением, алкоголизмом и другими вредными привычками.

Именно поэтому деятельность педагогических коллективов образовательных учреждений приоритетным образом нацелена на содействие оптимального развития духовного, творческого и физического потенциала ребёнка в современных условиях.

Только обладая устойчивой мотивацией к безопасной жизнедеятельности, системой знаний, навыков взаимодействия в опасной ситуации, обладая умениями саморегуляции своего поведения, контроля и оценки своих поступков, подросток способен не только защитить себя от опасностей и угроз окружающей среды, но и исключить или минимизировать создаваемые им самим опасные ситуации.

Эти идеи заложены в федеральных *нормативно-правовых* документах.

1. **Нормативно-правовое обеспечение формирования здорового и безопасного образа жизни у обучающихся и профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде**

Федеральный закон от 8 января 1998 г. N 3-ФЗ "О наркотических средствах и психотропных веществах" (статья 4, пункт 2) устанавливает, что одним из принципов государственной политики в области противодействия незаконному обороту наркотиков является приоритетность мер по профилактике наркомании и стимулирование деятельности, направленной на антинаркотическую пропаганду.

Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (Письмо Министерстваобразования и науки РФ от 5 сентября 2011 г. N МД-1197/06) определяет систему образования одним из наиболее активных участников процесса профилактики зависимости от употребления психоактивных веществ (далее-ПАВ) в Российской Федерации.

В соответствии со статьей 41 Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" охрана здоровья обучающихся, наряду с другими мерами, должна включать профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ.

В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года, утвержденной Президентом Российской Федерации 12 мая 2009 г., говорится о том, что современная наркоситуация в Российской Федерации характеризуется расширением масштабов незаконного оборота и немедицинского потребления высококонцентрированных наркотиков, таких как героин, кокаин, стимуляторы амфетаминового ряда, лекарственных препаратов, обладающих психотропным воздействием, а также их влиянием на распространение ВИЧ-инфекции, вирусных гепатитов, что представляет серьезную угрозу безопасности государства, экономике страны и здоровью ее населения. Система мер по сокращению спроса на наркотики, направленная на оздоровление населения Российской Федерации путем снижения потребления наркотических средств и психотропных веществ и уменьшения неблагоприятных социальных последствий их употребления, должна строиться на основе приоритета **профилактических мер.**  В документе зафиксировано, что одним из предпочтительных направлений антинаркотической деятельности является включение в основные и дополнительные образовательные программы общеобразовательных учреждений и учреждений профессионального образования разделов по профилактике злоупотребления психоактивными веществами, а также программ, направленных на соответствующие целевые аудитории.

Федеральным законом от 24 июня 1999 г. N 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" к органам и учреждениям системы профилактики отнесены органы управления образованием, которые разрабатывают и внедряют в практику образовательных учреждений программы и методики, направленные на формирование законопослушного поведения несовершеннолетних, и образовательные учреждения, обеспечивающие выявление несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении (в том числе употребляющих наркотики), и в пределах своей компетенции осуществляющих индивидуальную профилактическую работу с такими несовершеннолетними.

В соответствии с Указами Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. №761 « О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы», от 7 мая 2012 г. № 606 «О мерах по реализации демографической политики Российской федерации, от 7 мая 2012 года №598 «О совершенствовании государственной политики в сфере здравоохранения» государственной программой Российской Федерации «Развитие образование на 2013-2020 годы, концепцией социально-экономического развития Российской Федерации до 2020 года, национальной инициативой «Наша новая школа», Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования актуальными задачами являются:

- формирование духовного и физического здоровья и безопасного образа жизни у обучающихся; возрождение и сохранение духовно-нравственных гражданских традиций и семейных ценностей у обучающихся; совершенствование и повышение результативности реализуемых программ профилактики алкоголизма, табакокурения, наркомании, развитие физической культуры и спорта;

- совершенствование и повышение результативности реализуемых образовательных программ, создание здоровьесберегающей среды в образовательных организациях;

- подготовка и переподготовка педагогических и управленческих кадров;

- повышение межведомственного взаимодействия в развитии научно-исследовательской деятельности, в разработке программно-нормативного обеспечения и методического сопровождения деятельности образовательных организаций в области здоровьесбережения.

1. **Об использовании учебного пособия «Наш выбор: здоровый образ жизни» (автор Я.В. Соколов) в работе с учащимися 7-9 классов образовательных организаций Калужской области**

По инициативе министерства образования и науки Калужской области для обучающихся образовательных организаций региона разработано уникальное пособие ***«Наш выбор: здоровый образ жизни»***, ***автор – Соколов Яков Владимирович, кандидат педагогических наук.*** Будучи компонентом целостного образовательного пространства области, оно предназначено для проведения занятий по предупреждению наркомании, курения, пьянства, СПИДа среди детей и подростков из общеобразовательных организаций. Удовлетворяя социокультурные потребности обучающихся и их родителей, издание может быть использовано в составе учебно-воспитательного комплекса «Я - гражданин России» или в качестве модуля к курсам «Граждановедение», «Обществознание», ОБЖ и др. Пособие является очередным изданием в серии аналогичных книг, подготовленных и готовящихся для Калужского региона.

Целевой аудиторией данной книги являются, прежде всего, обучающиеся 7-9 классов. И это не случайно. Обобщение исследований психолого-педагогических особенностей подросткового возраста показало, что данный возрастной период является наиболее сензитивным для присвоения духовно-нравственных ценностей, поскольку выступает качественно новой стадией духовного развития личности (Э. Шпрангер), периодом «духовного рождения личности» (B.C. Мухина). К психолого-педагогическим особенностям рассматриваемого возраста относятся:

- развитие психических функций - повышенная эмоциональность, стремление к идеалу, способствующие развитию нравственных, гражданских, эстетических чувств, эмоциональной отзывчивости на окружающую действительность;

- качественные изменения в интеллектуальной сфере - формирование абстрактного, теоретического, обогащение образного мышления, способствующие развитию самосознания подростков, усвоению общечеловеческих ценностей;

- чувство взрослости, которое при создании определенных педагогических условий способствует развитию самоконтроля, самокритичности, способности к взаимодействию;

- становление Я-концепции, позволяющее развить способность к самооценке, самоанализу, рефлексии.

Использование пособия «Наш выбор: здоровый образ жизни» в образовательном процессе способствует созданию благоприятных педагогических условий для развития самокритичности и самоконтроля, поможет сотням школьникам сформировать ценность здорового образа жизни.

Живая и поучительная книга «Наш выбор: здоровый образ жизни» не содержит назидания, не требует большого напряжения ума. Она не перегружена сухой информацией, а построена в контексте размышлений автора с юными читателями. Ведя задушевный разговор на понятном для детей языке, приводя яркие примеры из современной литературы, жизни сверстников Калужского региона, в том числе тех, «кто уже пристрастился к разным мерзостям», автор ненавязчиво подводит читателя к самым важным мыслям. Эти главные идеи занятий сформулированы достаточно четко, подчеркнуты контрастными словами или рисунками и подлежат активному обсуждению обучающимися. В конце каждой темы подобраны интересные вопросы и задания, позволяющие закрепить материал (тематические рубрики «прочитайте и подумайте»; «познай людей и самого себя», «попытайтесь поспорить», «попробуйте прокомментировать») и подвести к последующему личному осмыслению.

Материалы пособия ***«Наш выбор: здоровый образ жизни»*** могут быть использованы:

*I.* **Во-первых, в учебной работе** в составе учебно-воспитательного комплекса «Я - гражданин России» для 5-10 классов или в качестве модуля к курсам «Граждановедение», «Обществознание», ОБЖ и др.

Материалы книги могут использоваться в качестве дополнительного материала на уроках ОБЖ, обществознания, биологии, граждановедения. Предложенные в книге модули и содержащиеся в них воспитательные задачи могут быть интегрированы в содержание учебных предметов. Учебное содержание необходимо рассмотривать не только с позиции традиционных дидактических принципов (научности, системности, последовательности и т.д.), не менее важными являются принципы *ценностной ориентации образования, нравственного развития личности*. Включая предложенные модули в учебные предметы важно соблюдать последовательность тем: они подобраны по принципу усложнения содержания нравственного выбора. Связаны с размышлениями о преимуществах здорового образа жизни и последствиях его несоблюдения, что соответствует психовозрастным особенностям обучающихся (см. таблица 1).

**Таблица 1**

**Работа с детьми и подростками**

**по формированию ценности здорового образа жизни**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Психологические особенности** | **Направления работы** | **Формы работы** |
| Средний школьный | противоречие возраста – наличие интереса к противоположному полу и в тоже время конфликтность взаимоотношений между юношами и девушками;  повышенная активность;  желание проявлять самостоятельность | развитие личностных качеств и социальных навыков | групповая работа, дискуссии |
| Старший школьный | происходит становление личности, открытие своего Я, связанное со стремлением проявлять самостоятельность, взрослость;  поиски правды в себе и других;  эмоциональная нестабильность, постоянная смена настроения, высокая конфликтность; состояния повышенной возбужденности, быстрая утомляемость | формирование жизненных ценностей (здоровье, дружба и т.п.) | анкетирование, игры и упражнения –активаторы, беседы, групповые дискуссии |

Младшим подросткам предлагается порассуждать о составляющих здоровья, о коварных его врагах, в том числе, о легкомыслии, обсудить понятия красоты и уродства; силы или слабости в отношении здоровья людей. Разноплановые иллюстрации помогают сформулировать свое отношение к поднятым темам, обозначить проблему и ценность здорового образа жизни. На занятиях значимый акцент важно сделать на эмоционально-чувственной составляющей поведения подростков: стимулировании проявления позитивных эмоций от возможности общения с духовно красивыми людьми (при проведении занятия №3 «Ваш выбор: красота или уродство»); людьми с большой внутренней силой (при проведении занятия №4 «Ваш выбор: сила или слабость»). Важно пропагандировать здоровый образ жизни «не запрещая», а «замещая» им содержание деятельности обучающихся по саморазвитию и самосовершенствованию. «Можно» заниматься спортом, развивать силу воли, заниматься самообразованием и это принесёт положительные результаты на последующих этапах жизненного пути! Оптимальными способами усвоения и закрепления материала становятся метод проектов (мини-проекты в ходе одного урока с последующей презентацией); организация дискуссий (например, «Здоровье требует труда?», « Кто угрожает нашему здоровью?»).

Со старшими подростками целесообразно обсудить социальные опасности (ложные мнения, слухи, рискованные предложения и т.п.), вечные ценности (вера, надежда, любовь). При проведении занятия №6 «Ваш выбор: радости или страдания» важно организовать опрос обучающихся разных классов на тему «Для чего живет человек» с последующим обсуждением результатов работы. Обсуждение нравственного выбора становится более острым для подростков, так как затрагивает такие важные сферы как дружба, счастье, любовь, достаток. Значимый акцент необходимо сделать на мотивационно-поведенческом и рефлексивно-оценочном компонентах поведения подростков. Важным подспорьем является обсуждение реальных ситуаций, приведенных в книге, а также использование материалов *рубрики «Прочитайте и подумайте» с последующим формулированием проблемного вопроса и поиском ответа на него*. Важно, чтобы обучающиеся индивидуально или, разбившись на группы, смогли задать проблемный вопрос к предложенным текстам, затем методом «мозгового штурма» предложить возможные пути решения, а потом обсудить наиболее удачные идеи.

Пособие «Наш выбор: здоровый образ жизни» разделено на тематические разделы, но, в целом, пронизано общей идеей формирования счастливой молодежи, осознанно делающей правильный выбор – здоровый образ жизни без табака, алкоголя, наркотиков.

Каждое занятие, предусмотренное в книге, нацелено на формирование всех составляющих правильного ценностного выбора молодежи: *когнитивного* (это знания о последствиях употребления табака, алкоголя, наркотиков; преимущества ведения здорового образа жизни), *эмоционально-чувственного* (стимулирование проявления позитивных эмоций, переживаний радости, свободы, счастья, любви, достатка), *мотивационно-поведенческого* (мотивация поведения подростков, выработка и проявление нравственной позиции во взаимоотношениях с другими людьми, нравственные поступки - *через обсуждение жизненных ситуаций и примеров, предложенных в книге*); *рефлексивно-оценочного* (самостоятельность оценочных суждений – *через выполнение заданий на закрепление полученной информации*).

**При планировании занятий по книге в рамках учебно-воспитательного комплекса «Я - гражданин России»** можно строить отдельные занятия по поднимаемым темам с использованием информационно-коммуникационных технологий, привлекая дополнительные видео источники (тематические социальные ролики, агитационные материалы по профилактике и борьбе со СПИДом, вредными привычками).

Занятия важно планировать с применением разнообразных активных форм работы. На каждом занятии, предусмотренном в книге, необходимо избегать формализма. Нельзя ограничиваться простой подачей информации, целесообразно систематически вызывать ребят на «обратную связь», инициировать их активную работу с текстом, возражать или сомневаться, предлагать групповые и индивидуальные формы работы.

Одной из наиболее эффективных технологий обучения в данном случае становится ***технология интерактивного обучения***. Применение такой технологии формирует у обучающихся самостоятельность в выработке и принятии решений, готовность нести ответственность за свои действия, вырабатывает уверенность в себе, целеустремленность и другие важные качества личности.

В групповой работе необходимо использовать активные методы работы: ***работу в мини-группах, дискуссии, «мозговые штурмы», ролевые игры, анализ жизненных ситуаций, обсуждение видеофильмов.*** Для старших подростков наиболее целесообразно организовать дискуссию.

II. **Во-вторых**, материалы книги можно использовать **во внеурочной работе с обучающимися**: при разработке и реализации программ дополнительного образования, при проведении классных часов, организации тематических праздников, викторин, выставок, игр, проведении недель здоровья и т.д.

Так, для младших подростков можно провести следующие внеклассные мероприятия:

- классные часы – «Здоровье требует труда?», «Кто угрожает нашему здоровью?», «Ваш выбор: сила или слабость?», «Алкоголизм и наркотики уничтожают внутреннюю красоту человека» и др.

- дискуссии - «Что вы знаете о болезнях 21 века?», «Как вы понимаете, что такое счастье?» и др.

- интеллектуальное казино» (викторины) – «Курение: радость или неприятность?», «Для чего живет человек?»;

-спортивно-оздоровительные мероприятия «Будьте здоровы!» и т.п.

Для старших подростков актуальны будут дискуссии. А также диспуты: «Пиво, что в нем страшного?», « Веселящие таблетки» действительно безвредны?», «Курить - это всегда круто?», « Что я знаю о СПИДе?»;

- проведение КВНов «Здоровый образ жизни»; «Возьмем здоровье в 21 век!»;

- оформление тематических газет – «Осторожно! Болезни 21 века», «Дети против наркотиков!».

Основной педагогической единицей внеурочной деятельности является культурная практика — организуемое педагогами и воспитанниками культурное событие, участие в котором расширяет их опыт конструктивного, творческого поведения в культуре.

Материалы книги могут быть использованы при **организации внешкольных мероприятий**: проведении социально-значимых акций, проектов и т.д. Так, акции («Дети против наркотиков»; «Молодежь за здоровый образ жизни» и т.п.) позволяют собрать большое количество участников, привлечь внимание большого количества молодежи к проблеме здорового образа жизни, распространить среди ребят тематические информационные материалы. Вместе с тем, акции не должны быть оторваны от системной профилактической работы. Подобные социальные практики позволяют школьнику получать опыт нравственно значимого поступка, переводя содержание национальных ценностей в план общественно значимой деятельности. В организации и проведении социальных практик могут принимать участие не только педагоги и школьники, но и иные субъекты гражданской деятельности: деятели культуры и спорта, представители служб социальной помощи и т.д.

Во внеурочной и внешкольной деятельности формируется эмоционально-ценностный и поведенческий компоненты российской идентичности. Для их развития также большое значение имеет семейное воспитание. Вопросы профилактической направленности следует рассматривать на общешкольных и классных родительских собраниях, для проведения которых может быть использован материал пособия ***«Наш выбор: здоровый образ жизни»***. Важно привлекать родителей к совместному изучению и обсуждению материалов предлагаемой книги.