

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Университет «Дубна» -
Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж

ПРИКАЗ

« 02 » 07 20 24 г.

№ 309 0.9

Об утверждении Программы по
профилактике табакокурения

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; распоряжением Правительства РФ от 18 ноября 2019 г. № 2732-р О Концепции осуществления государственной политики противодействия потреблению табака и иной никотин содержащей продукции в РФ на период до 2035 г. и дальнейшую перспективу,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить программу по профилактике табакокурения в Филиале федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Университет «Дубна» - Лыткаринский промышленно гуманитарный колледж.
2. Разместить настоящее Положение на официальном сайте колледжа.
3. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.

Директор филиала



О.Г. Савельева

Исп. Артамонова Е.А.

Разослано: всем педагогическим работникам



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Университет «Дубна» -**

Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж

Утверждаю

Директор филиала

О. Г. Савельева

«13»

2024г.



Согласовано

Зам. директора по УВР

Е. А. Артамонова

«11»

06

2024г.

**Программа
по профилактике табакокурения
«Колледж-территория без курения!»**

Программу разработал:

Артамонова Е.А. – зам. директора по УВР

Чехова В.С. – педагог-психолог

Ежова Е.В. -педагог доп. образования

Рожкова Е.В. – социальный педагог

Лыткарино 2024

«Курение – это привычка, отвратительная для взора,
мерзкая для обоняния, вредная для мозга и опасна для легких».

Король Джеймс .

Актуальность программы:

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. Курят пожилые и молодые люди, мужчины и женщины. Опрос студентов нашего колледжа показал, что первое знакомство с сигаретой происходит в возрасте 5 – 7 лет, начинают курить в 9 – 12 лет, многие студенты являются активными курильщиками. Также наблюдается устойчивая тенденция распространения курения среди девушек. 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.

Цель программы.

1. Содействие формированию социально – позитивных потребностей и установок осознанного отказа от курения.
2. Обучение анализу своего образа жизни и причин появления и распространения вредных привычек.

Задачи программы.

1. Повышать уровень знаний обучающихся о различных аспектах отрицательного действия табака.
2. Вырабатывать негативное отношение к курению и формировать стремление к уменьшению социальной приемственности этой привычки.
3. Формировать навыки противостояния никотиновому давлению социальной среды – семьи, компании сверстников.
4. Изменить поведение молодых людей и девушек в сторону полного отказа от курения и выработать мотивацию к сохранению этого поведения в будущем.

Участники программы:

- студенты
- сотрудники колледжа
- родители.
- межведомственные организации.

Примерный план мероприятий на учебный год.

№	Наименование мероприятий	ответственный	Время исполнения
1	История и способы табакокурения в мире и в России	Кураторы, Романова М.Н.	сентябрь
2	Выставка книг в студенческой библиотеке по теме вреда табакокурения.	Романова М.Н	Сентябрь- октябрь
3	Работа в сети Интернет на сайтах, посвященных теме программы	Целигорова Е.А.	Постоянно
4	Организация «Дней «Здоровья»	Сивов И.С.	В течение года
5	Акция, посвященная борьбе с табакокурением и наркоманией «Здоровая нация – крепкая Россия»	Ежова Е.В.	Октябрь
6	Тематический вечер «Брак, семья, здоровье».	кураторы	Октябрь- ноябрь
7	Беседы на тему программы: «Трезвость как резвость»; «Твое свободное время» «За здоровый быт»	Кураторы, Кураторы кураторы	Ноябрь ноябрь октябрь- ноябрь октябрь- ноябрь
8	Акция «Курение вредно не всегда, а только при жизни»	Ежова Е.В. Психолог	ноябрь
9	Групповая дискуссия «Как бороться с курением»	психолог	периодически
10	Акция, посвященная здоровому образу жизни (Международный день борьбы со СПИДом, Всемирный День борьбы с туберкулезом, Международный день борьбы с курением)	Социальный педагог, педагог-психолог	октябрь
11	Оформить в учебных корпусах, общежитии «Уголок здоровья»	Воспитатели общежития, кураторы	Регулярно

12	Анкетирование «Что я знаю о табаке»	Социальный педагог, педагог-психолог	декабрь
13	Беседа «Куда уходит красота?» (о вреде женского курения)	психолог	Январь
14	Конкурс рисунков и плакатов на тему «Жизнь с привкусом яда»	Ежова Е.В. кураторы	Февраль
15	В учебных группах проводить классные часы по вопросам охраны здоровья, включая тему «Борьба с вредными привычками (курение, алкоголь)»	кураторы	периодически
16	Проводить работу с родителями студентов о единстве требований для достижения установки на ведение здорового образа жизни.	Администрация кураторы, Ульянов А.Ф.	постоянно
17.	Приглашение специалистов межведомственных организаций КДМ, ОДМ для проведения бесед по теме программы.	Ульянов А. Ф.	регулярно
18.	Выходная диагностика	Социальный педагог, педагог - психолог, Ульянов А.Ф.	периодически

Ожидаемые результаты:

1. Формирование негативного отношения к табакокурению у студентов.
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 с преподавателями;
 - 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.

обучающиеся **должны знать:**

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

Обучающиеся должны уметь:

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

Обучающиеся должны приобрести навык:

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

Анализ ситуации:

Критерии:

- изменение количества студентов, курящих сигареты;
- увеличение количества студентов, негативно относящихся табакокурению;
- результаты проведения мониторинга здоровья учащихся;
- активность и заинтересованность студентов в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья.

Отслеживание эффективности каждого проводимого мероприятия Программы.

Периодически проводится анкетирование, опросы участников (студентов, родителей) с целью отслеживания эффективности мероприятия, динамики осознания проблемы и отношения к ней, уровня и степени добровольной вовлеченности родителей. Успех возможен при проведении уроков с помощью методов, предполагающих активное вовлечение учащихся. Склонные к курению студенты плохо воспринимают авторитарные послания типа «ты слишком молод для курения».

Для решения конкретных задач антитабачного воспитания обучающихся на уровне колледжа необходима координация отдельных форм, методов, направлений работы и объединение их в единое целое. Главным является формирование альтернативной моды на здоровый образ жизни. Кроме того программа позволит грамотно и с доминирующей позитивной ориентацией (не «против вредных привычек», а «за счастливую жизнь и крепкое здоровье») формировать полноценного гражданина российского общества.

Чтобы обеспечить эффективность программы против курения среди обучающихся программа должна пройти оценку. Критерием оценки может быть только количественное сокращение курения, а не отношение учителей и студентов к программе или высказываемое отношение к курению, т.е. не слова, а поведение! Именно защита прав

некурящих на чистый воздух, а не преследование курильщиков скорее получит широкую поддержку. Программа действий администрации колледжа в отношении табака должна быть конкретной.

В аспекте информационных воздействий, эффективным сообщением для обучающихся является раскрытие манипулятивной роли табачной индустрии в распространении курения среди молодежи, так как учитывает особенности возраста и вызывает протест против навязывания определенного поведения, что помогает предотвратить курение. Среди подростков неэффективно сосредоточение информации на будущих последствиях потребления табака для здоровья. Целесообразно привлекать их внимание к негативному влиянию курения на внешний вид, привлекательность, спортивные показатели, запах и другие, четко ощущаемые подростками последствия. Широко знакомить студентов с информацией о том, что большинство подростков не пьет, не курит (в том числе с помощью опросов в их группах).

«Курить или жить?»

(Ролевая игра для студентов 1-2 курсов).

Цель: воспитание у обучающихся ответственности за своё здоровье, устойчивого негативного отношения к курению. Расширение знаний о вреде курения.

Форма: беседа с элементами тренинга.

Информация к размышлению

Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации.

Оноре де Бальзак

Оборудование: плакаты с антитабачным содержанием, слайды о вреде курения.

Информация к классному часу**Из истории приобщения европейцев к курению**

Табак родом из Америки. Первыми европейцами, попробовавшими его в 1492г., были матросы знаменитой флотилии адмирала Христофора Колумба.

В числе подарков жители острова Гуанахани, который Колумб назвал Сан-Сальвадор, поднесли сушеные листья растения «петум». Сами они курили эти подсушенные на солнце листья, свернутые в трубочки. Жители Кубы, где Колумб высадился 27 октября 1492г., называли траву для курения «сигаро». И хотя в представлении набожных испанцев пускать дым из ноздрей, как это делали островитяне, могли лишь черти, многие матросы, да и сам адмирал, втянулись в это занятие.

В Англии, в эпоху Елизаветы 1, курильщиков приравнивали к ворам и водили по улице с веревкой на шее.

В России во времена царствования Михаила Федоровича Романова, уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй - обрезанием носа или ушей. После пожара в Москве в 1643г., причиной которого, как стало известно, было курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

Торговля табаком и курение были разрешены в России в царствование Петра 1, который стал самым заядлым курильщиком после посещения Голландии.

Ход классного часа

Вступительное слово преподавателя

Для создания эмоциональной, убедительной атмосферы разговора об опасности курения для здоровья человека, особенно для растущего организма, учитель обращается к фактам, которые оформлены на листе ватмана:

- Из каждых 100 человек, умерших от хронических заболеваний легких, 75 курили;
- Из каждых 100 человек, умерших от ишемической болезни сердца, 25 курили;
- Из каждых 100 человек, начавших курить, заядлыми курильщиками становятся 80;
- Каждый 7-й длительно курящий человек страдает эндартериитом – тяжелым заболеванием кровеносных сосудов;
- Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет;
- Выкуривая 20 сигарет в день, человек дышит воздухом, загрязненность которого в 580- 1100 раз превышает санитарные нормы;
- 4000 химических веществ, содержащихся в табачном дыме,

Наносят неповторимый вред здоровью не только курящих, но и тех, кто находится рядом с ними. Пассивное курение еще опаснее. (по материалам medpovosti. ru)

Далее преподаватель организует обмен мнениями обучающихся о пагубном влиянии курения на организм человека.

Вместе с тем не следует ожидать, что все студенты будут единодушны в осуждении курения. Выявившиеся разногласия станут хорошей основой для дискуссии.

Парный тренинг «Убеди друга».

Одному из участников, знающему, что друг начал курить, необходимо убедить его бросить это опасное занятие, пока он не стал заядлым курильщиком.

Затем еще 2-3 пары участвуют в тренинге.

Мини-итоги

В заключении классного часа учитель предлагает учащимся сформулировать главные выводы изученной темы в виде памятки «Мои аргументы против курения».

Мои аргументы против курения

1. Курение разрушает организм.
2. Курение приводит к неизлечимым болезням.
3. Курение снижает физическую активность.
4. Курение портит цвет кожи.
5. Никотин забирает свободу, человек становится его рабом.