

МОУСОШ№1
г.о.г. Буй Костромской области



**Программа полового воспитания
и профилактики ранней беременности
среди обучающихся с средней общеобразовательной школе**
«Береги честь смолоду»

Разработчик и составитель программы
Социальный педагог МОУСОШ№1 г.о.г. Буй
Плясинова Л.Л.

2025 г.

Оглавление

1. Паспорт программы	3
2. Социальная проблема	6
3. Факторы, влияющие на уровень подростковой беременности	8
4. Содержание программы	9
5. Список использованных источников	17
6. Приложение №1	18
7. Приложение №2	21
8. Приложение №3	25
9. Приложение №4	27
10. Приложение №5	31
11. Приложение №6	39

Паспорт программы

Программа муниципального общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа №1 городского округа город Буй Костромской области предназначена для проведения профилактической работы среди девочек и девушек – подростков с целью обучения социальным навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.

Актуальность. Запретная тема. Десятилетиями в стране не принято было говорить об «этом». Предполагалось, очевидно, что страх общественного порицания, строгость табу сделает нас и наших детей чистыми и нравственными. Увы, бесполезные надежды эти совсем не сбылись.

Сегодня происходит раннее созревание молодежи. Газеты, журналы, интернет, телевидение практически каждый день приносят новую информацию об антиобщественном поведении подростков. Их жестокости, равнодушии, цинизме. Но все молодые люди – герои статей и телевизионных сюжетов – чьи-то дети. Чьи? Да наши же!

Нелегко решить все эти проблемы! И мы взрослые (родители, педагоги, специалисты) должны готовить ребят к половой зрелости, к осмыслению происходящих в этот период процессов, разбудить их разум к тому моменту, когда проснется сексуальное желание.

Принято считать, что ранняя беременность в России возникает чаще в неблагополучных семьях. В настоящее время это не так. Раньше подобная тенденция наблюдалась, потому, что дети из асоциальных семей были предоставлены сами себе. Но сейчас имеется некоторый социальный дисбаланс, и наличие финансового достатка не делает детей более защищенными. Даже, наоборот, из-за материальных возможностей они становятся менее благоразумными, особенно при недостатке внимания со стороны родителей.

Многие родители предпочитают не вникать в основы сексуального воспитания своих детей. Они возлагают эту ответственность на средства массовой информации и интернет. Приобретение книг и средств контрацепции детям не снижает риск беременности, так как в первую очередь надо привить им желание пользоваться подобными методами для сохранения своего здоровья и социальных возможностей. Поэтому ранняя беременность в подростковом возрасте чаще является следствием неправильного полового воспитания.

Ранняя половая жизнь негативно сказывается на физическом, духовном и нравственном здоровье девочки, а иногда приводит к бездетности. Здоровье девочки, закладывается в период полового созревания, насколько этот период будет отвечать нормам, правилам гигиены настолько здоровой, счастливой будет будущая женщина – мать.

Анатомо-физиологические особенности женского организма, особая роль женщины в обществе диктуют необходимость рассмотрения вопросов полового воспитания девочек отдельно. Раннее вступление детей и подростков в половую жизнь становится неразрешимой проблемой нашего общества. Афоризм «Береги честь смолоду» теперь не в ходу. О чести в обществе говорят формально. Ранние половые связи говорят об отсутствии полового воспитания в семье и школе.

В кругу подростков стало модно отмечать все праздники со спиртным и в большой компании. Родители гордятся тем, что у детей много подруг и друзей. О качестве и последствиях такого общения, к сожалению, никто не думает. Каждое застолье подростков – падение в пропасть. Алкоголь стимулирует половое возбуждение, стирает границы дозволенного, дает волю инстинктам. Причиной преждевременной половой жизни чаще всего является любопытство, а также желание получить статус взрослого человека. Обидно, когда способные девчонки перестают учиться, пропадают на улицах и дискотеках, вступают в случайные половые связи. Родители удивляются, откуда у детей такая апатия к учебе, агрессия по отношению к родителям, распушенность в поведении? Как будто бы ко всему этому они не прилагали усилия! Семья должна быть примером серьезного отношения к отцовству и материнству.

Обоснование для разработки программы:

Программа, рассчитанная на обучающихся 13 – 17 лет, поможет понять, происходящие изменения и пройти период взросления с наименьшими психологическими потерями, сформировать у девочек и девушек – подростков ответственное отношение к своему репродуктивному здоровью, создать мотивацию на сохранения целомудрия и осознанный подход к интимному вопросу ради будущей благополучной и счастливой семьи.

Цель: воспитание гигиенической духовной культуры у подростков, помощь в осознании и отношении к собственному здоровью как наивысшей ценности человеческой жизни, обучение навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья, способствование установление доверительных детско-родительских отношений.

Задачи:

1) Дать необходимые знания об анатомо-физиологических и психологических особенностях женского организма.

- 2) Вооружить необходимыми знаниями о профилактике венерических болезней и о мерах по предупреждению ранней беременности.
- 3) Сформировать бережное отношение к своему здоровью с позиции нравственно – этических норм поведения, дать представление о целомудрии, сформировать отрицательную нравственную оценку половой распущенности.
- 4) Создать положительный образ таких качеств характера, как скромность, порядочность, честность, достоинство.
- 5) Обучить гигиеническим навыкам, способствующим сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.
- 6) Помочь родителям (законным представителям) получить представления о главных этапах воспитания и о создании оптимальных условий для правильного полового развития ребенка

Возраст детей: 13 – 16 лет (7-9 кл)

Срок реализации: сентябрь 2025 г. – июнь 2026 г.

Участники программы: Администрация, педагогический коллектив МОУСОШ № 1 г. о. г. Буй, обучающиеся, управляющий совет школы, педагог-психолог, родители (законные представители), социальные партнеры, представители специалисты, медицинские работники «ОГБУЗ Буйская центральная районная больница», представители органов внутренних дел, представители Общественного совета при администрации г. Буя, представители русской православной церкви.

Педагогические технологии и формы: мозговой штурм, дискуссия, беседы, тренинги, просмотр видеофильмов, социальных роликов, анкетирование, тестирование.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение количества обучающихся, отнесенных к «группе риска».
2. Снижение количества обучающихся, у которых медицинскими работниками выявлены признаки раннего начала половой жизни и нарушения репродуктивной системы.
3. Повышение качества гигиенической грамотности обучающихся, знаний в области сохранения своего здоровья.
4. Повышение духовной культуры у подростков, помощь в осознании и отношении к собственному здоровью как наивысшей ценности человеческой жизни.
5. Повышение качества доверительных детско-родительских отношений между родителями и обучающимися.

Этапы :

1. Диагностический этап (анкетирование, тестирование, опрос, беседа).
2. Внедрение и реализация программы.

3. Анализ и подведение итогов (анкетирование, тестирование, опрос, беседа, педагогическое наблюдение, открытое занятие).

*«Каждому событию свое время»
«Никто не позаботится о твоём здоровье кроме тебя самого»*

Народная мудрость

Социальная проблема

Раннее вступление детей и подростков в половую жизнь становится неразрешимой проблемой нашего общества. Афоризм «Береги честь смолоду» теперь не в ходу. О чести в обществе говорят формально. Ранние половые связи говорят об отсутствии полового воспитания в семье и школе.

В кругу подростков стало модно отмечать все праздники со спиртным и в большой компании. Родители гордятся тем, что у детей много подруг и друзей. О качестве и последствиях такого общения, к сожалению, никто не думает. Каждое застолье подростков – падение в пропасть. Алкоголь стимулирует половое возбуждение, стирает границы дозволенного, дает волю инстинктам. Причиной преждевременной половой жизни чаще всего является любопытство, а также желание получить статус взрослого человека. Обидно, когда способные девчонки перестают учиться, пропадают на улицах и дискотеках, вступают в случайные половые связи. Родители удивляются, откуда у детей такая апатия к учебе, агрессия по отношению к родителям, распущенность в поведении? Как будто бы ко всему этому они не прилагали усилия! Семья должна быть примером серьезного отношения к отцовству и материнству.

Половое воспитание – это система медицинских и педагогических мер, направленных на воспитание у детей, подростков и молодежи разумного, здорового отношения к вопросам пола и половой жизни. Задача полового воспитания – способствовать гармоничному развитию подрастающего поколения, полноценному формированию полового поведения и детородной функции, содействовать укреплению физиологических и нравственных основ брака и семьи. Полноценное половое воспитание предусматривает его начало задолго до вступления детей в период полового созревания.

Ранняя беременность – это беременность в возрасте от 13 до 19 лет. В это время наступает у девочек переходный возраст, гормональная перестановка. По медицинским меркам считается, что беременность наступившая до 18 лет,

является ранней. Именно к этому возрасту женский организм полностью созревает и готов к вынашиванию и рождению ребенка.

Интересно, что еще несколько веков назад беременность в 13-14 лет – вполне нормальное явление. Возможно, и сейчас есть, те, кто скажет, иол, жили же так веками, значит, ничего страшного нет. Ведь до сих пор в странах Африки или Азии ранняя беременность – обычное дело. Но не забывайте о колоссальной смертности при родах в этом возрасте.

Чем опасна ранняя беременность?

В медицинской терминологии принято считать ранней беременность, которая наступает с тринадцати до девятнадцати лет. В этот период организм еще не до конца сформировался и огромной опасности подвергается как мать, так и не рожденный ребенок.

Ранняя беременность оказывает негативное влияние на внутренние органы, которые у молодых девушек еще не до конца сформировались. Даже элементарная задержка дополнительной жидкости в организме способна привести к плачевным результатам для девушки уже после родов. Даже в тех случаях, когда роды проходят благополучно, и мама и малыш чувствуют себя хорошо, последствия для организма матери сложно переоценить с отрицательной стороны.

Для того, чтобы выносить и родить полноценного ребенка, молодая мать должна испытывать постоянный уход и принимать множество самых разнообразных витаминов и препаратов, которые смогут поддерживать ее здоровье и гормональный фон в норме. Разумеется, это возможно не во всех семьях, в которых произошла ранняя беременность.

Самую большую нагрузку на себя берет сердце молодой беременной, и если проблемы с сердцем у нее были уже до беременности, то практически все время вынашивания ребенка ей придется провести на сохранении под наблюдением врачей.

Ранняя беременность негативно влияет и на половые органы, которые расположены внутри организма будущей матери. Матка значительно увеличивается в размерах, но за счет того, что организм пока не способен достаточно снабжать ее кровью и кислородом, плод и сама мать будут испытывать нехватку этого кислорода.

Негативных факторов при ранней беременности столько, что обязательно стоит думать о предохранении во время сексуальных контактов девушкам до семнадцати лет. Выходом также не станет и ранний аборт, потому что это

оперативное вмешательство в организм молодой девушки может закончиться огромным количеством заболеваний и даже бесплодием.

Факторы, влияющие на уровень подростковой беременности:

- высокий уровень сексуальной активности;
- сексуальное или физическое насилие, насилие в семье;
- бедность;
- приемлемость рождения детей в подростковом возрасте в семье и окружении подростка;
- психологические и поведенческие факторы, сниженная познавательная способность, ограниченная способность планировать будущее или предвидеть последствия своих действий, а также чувство собственной неуязвимости;
- нежелание и неумение использовать контрацептивы (личные мотивы или причины, связанные с половым партнером);
- преднамеренная беременность как единственный ритуал перехода во взрослое состояние;
- недоступность или низкое качество медицинской помощи в сфере планирования семьи;

Содержание программы

Модуль №1 Работа с педагогическим коллективом	Педагогические, профилактические советы Семинары, круглые столы, мини-совещания
Модуль №2 Работа с родителями	Родительские собрания (в том числе в формате онлайн);

	работа родительских гостиных «Заботливые родители» и т. д.; лекции и беседы; индивидуальные профилактические беседы; размещение информации на школьном сайте публикация статей в СМИ привлечение к участию в совместных с детьми мероприятиях; встречи с медицинскими работниками, психологами
Модуль №3 Работа с обучающимися 7-11 классов	профилактические беседы тематические вечера классные часы заполнение опросников, анкет просмотр видеоматериалов на данную тему тренинги, семинары интеллектуально-познавательные игры уроки нравственности встречи с врачами- специалистами

Модуль №1 Работа с педагогическим коллективом			
№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
	Профилактические советы: «Половое воспитание как составляющая гармоничного развития личности»	сентябрь	Заместитель директора по ВР

	Принятие программы по половому воспитанию «Моё будущее — мой выбор» Мероприятия в рамках программы Анализ проделанной работы в рамках программы, подведение итогов реализации программы	сентябрь в течение года май	
	Семинары, круглые столы классных руководителей, педагогов-психологов, социального педагога «В помощь классному руководителю. Методические рекомендации по организации работы по половому воспитанию обучающихся» «Семейно-нравственное воспитание детей. Обмен опытом Саморегуляция психо-эмоционального состояния	Ежеквартально	Заместитель директора по ВР социальный педагог социальный педагог педагог-психолог
Модуль №2 Работа с родителями (законными представителями)			
№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
	Общешкольные родительские собрания: «Охрана репродуктивного здоровья девочек» «Гендерное поведение подростков» «Слушать ребенка. Как?»	октябрь ноябрь декабрь февраль апрель	Заместитель директора по ВР, социальный педагог

	Памятки, буклеты для родителей: «Погори со мною, мама»		
	Тематические лекции (в том числе в формате онлайн) «Поддержка — как стратегия конструктивного взаимодействия семьи. Я и мой ребенок. Поиски взаимопонимания» «Как развить ответственность в наших детях? Уровни и составляющие ответственности» «Чувства родителей и чувства детей. Правила выражения чувств» «Поощрение хорошего поведения. Какой должна быть действенная похвала? Виды поощрения» Просмотр научно-популярных фильмов по половому воспитанию, жизнеутверждающих социальных роликов	сентябрь ноябрь январь март апрель	Заместитель директора по ВР, социальный педагог социальный педагог педагог-психолог педагог-психолог социальный педагог социальный педагог, классные руководители
	Проведение классных родительских собраний с приглашением специалистов из Буйской районной больницы Выдача памяток, буклетов	Ежеквартально	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог
	Размещение на сайте школы статей и методических рекомендаций для родителей	Постоянно	Отвественный за сайт школы, заместитель директора по ВР
	Индивидуальная	По мере	Педагог-психолог,

	профилактическая работа по оказанию педагогической помощи по вопросам обучения и воспитания	необходимости	социальный педагог
	Работа с семьями «группы риска», семьями СОП, чьи дети состоят на различных видах профилактического учета в органах ПДН, КДН и ЗП, ВШУ (приглашение родителей, посещение на дому, профилактические беседы и консультации по телефону)	Ежемесячно	Социальный педагог, классные руководители
	Организация и проведение в школе проекта «Родительский лекторий» по просвещению родителей по вопросам полового воспитания	Октябрь апрель	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители, представители русской православной церкви

Модуль №2 Работа с обучающимися 7-11 классов

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
	Единый день здоровья	Ноябрь	Администрация школы
	Тематические классные часы, диспуты с просмотром социальных видеороликов из цикла «Общее дело» : «Как научиться любить? Как найти любовь? Как сохранить семью?» «Утерянная добродетель» «Тайна пророды женщины»	Ежемесячно (по расписанию)	Социальный педагог, классные руководители

«Докажи, что любишь» «Четыре ключа к твоим победам» «Камертон счастья» Классные часы: Психологические подростковые проблемы» Запретный плод сладок Образ современной девушки Вечные ценности, целомудрие Большие проблемы маленьких девочек Психосексуальное воспитание детей в семье Телефон доверия «Какой я буду через 5-10 лет?» Очастье в руках человека. «О дружбе и любви»		
Лектории: «У порога самостоятельной жизни» «Тайны, загадки, прозрения» «Личность и самовоспитание» «Возраст перемен» «Одежда и здоровье девочки» «Правильное питание - залог здоровья и красоты девочки» «Вредные привычки и их влияние на организм» «Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье	Ежемесячно	Педагог-психолог, социальный педагог

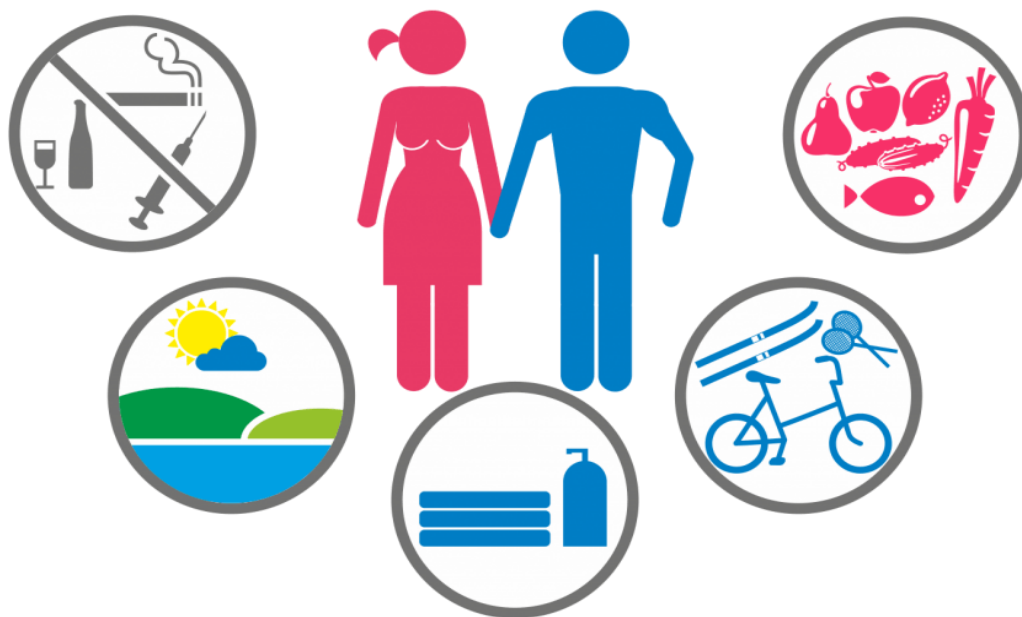
девочки» «Сексуальность и готовность к половой жизни» Законодательство в области семейного права		
«Откровенный разговор» Физиология человека. Правила личной гигиены Строение и функции женской репродуктивной системы Основные этапы полового развития девушки Последствия свободной любви Гинекологические и урологические заболевания, ЗППП Счастье материнства Взаимоотношения юношей и девушек Прерывание беременности (сроки, методы, законодательство) Аборт-агрессия против человека. Профилактика аборта Современные методы контрацепции	Сентябрь октябрь ноябрь декабрь январь февраль март апрель май	Врачи специалисты ЦРБ медработник школы
Тренинги: Техники саморегуляции психоэмоциональных состояний. Реакция организма на стресс Психологические особенности мужского и женского пола	Сентябрь ноябрь январь март	Педагог-психолог

	Понятие о психологической зрелости Как говорят и слушают мужчины, способы переработки информации		
	Анализ положительных и отрицательных судеб героев и героинь из произведений классической русской художественной литературы: В. Астафьев «Лодочка» И. Бунин «Легкое дыхание» А. Куприн «Яма» Л. Толстой «Анна Каренина» Ф. Достоевский «Преступление и наказание» Н. Некрасов «Кому на Руси жить хорошо?» Н. Лесков « Леди Макбет Мценского уезда»	На уроках литературы по расписанию занятий	Учителя русского языка и литературы
	Уроки нравственности: Доблесть мальчика, юноши, мужчины — в мужественной доброте, а не во власти и жестокости (для мальчиков) Девичья прелесть — не в подражании поведению мальчиков, а в скромном достоинстве, мягкой вежливости, чистоплотности и аккуратности (для девочек) Что значит «хороший человек» ? Умей уважать людей и самого		Представители православной церкви г. Буя

себя.		
Здоровый образ жизни - залог долголетия		
Слабости, пороки		
Физическая культура — часть общечеловеческой культуры		
Шутки, озорство, правонарушения, преступления		
Понятие о чести и достоинстве		
Юность- пора самоутверждения		

Критерии эффективности программы:

1. Снижение количества обучающихся, отнесенных к «группе риска»
2. Снижение количества обучающихся, у которых медицинскими работками выявлены признаки раннего начала половой жизни и нарушения репродуктивной системы
3. Повышение качества гигиенической грамотности обучающихся, знаний в области сохранения своего здоровья.
4. Повышение духовной культуры у подростков, помощь в осознании и отношении к собственному здоровью как наивысшей ценности человеческой жизни
5. Повышение качества доверительных детско-родительских отношений между родителями и обучающимися
6. Расширение знаний о физиологическом здоровье человека, жизненных психо-социальных рисках.



Список использованных источников:

1. Профилактика ранних половых связей, семейное и гендерное воспитание несовершеннолетних https://vk.com/doc-194750731_583874524?hash=2be9975b31657909ca&dl=7d6db77c4ac6975c96.
2. О становлении и охране репродуктивной функции девочек" <https://youtu.be/0FQngecLwVU>
3. Видеофильмы общероссийской общественной организации «Общее дело» : Как научиться любить? Как найти любовь? Как сохранить семью? Утерянная добродетель.

Тайна природы женщины. Докажи, что любишь. Четыре ключа к твоим победам (сайт: общее-дело.рф)

4. Эпидемия, о которой ты не знал или Два главных секрета отношений!
<https://youtu.be/BJXp6Og04OA>
5. Снегирева Ю.Н. Элективный курс для девочек «Жемчужина вселенной»
6. Фролова О. Г. «Половое воспитание девочек». М.: «Медицина», 1982. – 56 с., ил. – (Науч. – попул. мед.литература).
7. Памятки для родителей: «Профилактика ранних половых связей», «Профилактика нежелательной беременности», «Как установить контакт с ребенком», «Доверяй мне».
8. Книга «Поговори со мною, мама» Гудкович Л. Н., Жельвис В. И.
9. Методические рекомендации по использованию образовательных организациях программ в сфере полового воспитания обучающихся.
10. Половое воспитание детей-подростков (Санокевич Л.И.);
11. Беседы о половом воспитании (Д. Колесов);
12. Половое здоровье детей (В.М. Рубанович);
13. Психогигиена половой жизни (К. Имелинский).

Приложение №1

Методические рекомендации по использованию в образовательных организациях программ в сфере полового воспитания учащихся

Согласно ст. 13 Федерального закона РФ № 273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» при реализации образовательных программ запрещается использование методов и средств обучения и воспитания, образовательных технологий, наносящих вред физическому или психическому здоровью обучающихся.

В практике реализации обучающих программ в сфере полового воспитания актуально решение следующих **задач**:

- Формирование нравственного и ответственного отношения детей и подростков к выполнению социальных ролей матери и отца в их

будущей семейной жизни, к супружеству, рождению и воспитанию детей;

- Обучение выстраиванию конструктивных взаимоотношений между полами;
- Формирование навыков безопасного поведения, профилактика сексуального насилия в отношении детей;
- Мотивации ответственного отношения к своему здоровью и здоровью других людей, убеждения о вреде и опасности ранних половых связей;
- Развитие у детей и подростков умений безопасного пользования Интернет-ресурсами в целях профилактики вовлечения в незаконную сексуальную практику.

Важным **направлением деятельности** является просветительская работа с родителями детей и подростков по профилактике раннего вступления несовершеннолетних в сексуальные отношения, предупреждению беременностей и абортов среди подростков, по формированию у них необходимых знаний и навыков ответственного родительства. Эта работа должна проводиться с использованием профессионального потенциала педагогов, психологов.

Просветительская деятельность в указанной сфере должна выстраиваться с учетом требований федеральных законов: «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29 декабря 2010 года, «О внесении изменений в статью 5 Федерального закона «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29 июня 2013 года № 135-ФЗ.

В соответствии с указанными законами в образовательных организациях необходимо пресекать любые попытки пропаганды нетрадиционных сексуальных отношений среди несовершеннолетних, предупреждать распространение информации, направленной на формирование у детей и подростков нетрадиционных сексуальных установок, искаженного представления о социальной равноценности традиционных и нетрадиционных сексуальных отношений, распространение информации, вызывающей интерес к таким отношениям.

К средствам воспитательного воздействия при половом воспитании относятся:

- Своевременная реакция взрослых на те или иные особенности поведения подростков, их взаимоотношений со сверстниками противоположного пола, эмоциональная оценка этих особенностей; адекватная реакция на те или иные проявления сексуального развития подростка, основанная на твердом знании того, что в развитии является нормальным, а что – отклонением от нормы. Педагоги обязаны помнить, что их реакция на все эти проявления – один из важных путей полового воспитания;
- Примеры правильного отношения взрослых к представителям другого пола. Взрослые не должны доводить до сведения детей свои конфликты, не следует выяснять при них свои отношения и т. д. Учителю следует обращать внимание школьников на положительные примеры отношения людей разного пола друг к другу, на взаимные проявления любви, внимания и заботы взрослых мужчин и женщин, сопровождая их соответствующими комментариями. Это может рассматриваться как специальный метод полового воспитания – воспитание на положительных примерах. Примеры могут быть взяты также из произведений художественной литературы, кино и т.д.;
- Сообщение ученикам определенным образом ориентированной информации как в ответ на их вопросы, так и по собственной инициативе, индивидуально или в виде специально организованных бесед, занятий и т.д., а также информации, включенной в содержание различных учебных предметов.

Специфика полового воспитания заключается в том, что любой вид деятельности учащихся – работа, общение, познание – может служить интересам полового воспитания, если педагоги дают особенностям этой

деятельности свою оценку с позиций существования двух полов, важности и общественной ценности определенного характера различий между ними.

Сообщаемая учащимся информация должна представляться на уровне, доступном для понимания, быть естественной по характеру с акцентом на нравственную сторону, корректной по форме.

В программы полового воспитания целесообразно включать следующие **вопросы:**

- Физиологические, психологические особенности подростка, связанные с половой принадлежностью; значение этих особенностей для взаимоотношений с другими людьми во всех сферах человеческой деятельности;
- Семья и взаимоотношения в ней, рождение и воспитание детей, преемственность поколений;
- Репродуктивное здоровье, нравственность и здоровье, правовые аспекты взаимоотношений полов. Семья, основные функции семьи и здоровье человека. Основы семейного права в Российской Федерации.
- Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

Приложение №2

Анкета для обучающихся:

Анкета «Что я знаю о половых отношениях»

1. Ваш пол

женский

мужской

2. Что Вы понимаете под словосочетанием “половые отношения”?

ухаживание

поцелуи

секс

другое _____

3. О половых отношениях я узнал (а) ...

из телепередач

из чтения специальной литературы

из разговора со сверстниками

от родителей

от учителей

укажите другие источники _____

4. Почему современная молодежь начинает раннюю половую жизнь?

из любопытства (интерес познания чего-то нового)

от безделья

случайно

быть как другие

казаться взрослее

под воздействием алкоголя, наркотиков, токсических веществ

другое _____

5. Считаете ли Вы, что ранняя половая жизнь может причинить вред и почему? _____

6. Как Вы считаете, с какого возраста следует начинать половую жизнь?

12 – 13 лет

14 – 15 лет

16 – 17 лет

18 лет

Ваше мнение _____

7. Какие виды контрацептивов Вы знаете? _____

8. Как Вы считаете, нужен ли в школе специальный курс по этой теме?

да, нужен

наверное, нужен

затрудняюсь ответить

наверное, не нужен

не нужен

9. Вступали ли Вы в половые отношения?

да

нет

Упражнение «Сокровищница влюбленных»

- Я всегда должна выглядеть хорошо и всем нравиться
- Я не могу быть привлекательной, потому что моя внешность не идеальна
- Я не могу чувствовать себя счастливой, потому что меня не любит ...
- Я не могу считать себя успешной, потому что мне никогда не стать такой как...
- Я всегда должен быть первым
- Раз у меня сегодня нет парня (девушки), значит - и не появится никогда
- Причина моих неприятностей – в окружающих
- Я не могу себя уважать, потому что не все знаю, умею...
- Раз не получилось сегодня, значит - не получится никогда
- Такие как я не имеют права на ошибку
- От меня ничего не зависит, поэтому что-либо предпринимать - бесполезно
- Я, также как и все люди, иногда могу ошибаться
- У меня есть достоинства, за которые меня можно любить и уважать
- Не все и не всегда у меня должно быть лучше, чем у других
- Я не обязана всем нравиться
- Я могу чувствовать себя счастливой, не смотря ни на что
- Мнение окружающих, отличное от моего собственного, может быть верным
- Никто не обязан вести себя так, как мне хочется

- Никто не обязан быть безупречным на все 100%
- Я имею право иметь мнение или суждение отличное от других
- Просить о помощи и эмоциональной поддержке – это нормально
- Я не обязан сохранять отношения, ставшие оскорбительными
- Время от времени я имею право менять свои решения и привычки

Упражнение «Признаки настоящей любви»

Любовь – это...	Любовь – это не...
Ответственность	Ревность
Трудная работа	Чувство собственника
Секс	Боль
Удовольствие	Секс
Преданность	Жестокость
Забота	Наваждение
Честность	Проявление эгоизма
Доверие	Грубость
Общение	Нежелательная беременность
Компромиссы	Зависимость
Близость	Отказ от своих интересов
Признание различий	Перебранки
Ранимость	Запугивание
Открытость	Самоутверждение
Уважение	Манипулирование
Дружба	Ожидание удовлетворения всех потребностей
Сильные чувства	Страх

Предлагаемые высказывания:

Я всегда должна выглядеть хорошо и всем нравиться

Я не могу быть привлекательной, потому что моя внешность не идеальна

Я не могу чувствовать себя счастливой, потому что меня не любит ...

Я не могу считать себя успешной, потому что мне никогда не стать такой как...

Я всегда должен быть первым

Раз у меня сегодня нет парня (девушки), значит - и не появится никогда

Причина моих неприятностей – в окружающих

Я не могу себя уважать, потому что не все знаю, умею...

Раз не получилось сегодня, значит - не получится никогда

Такие как я не имеют права на ошибку

От меня ничего не зависит, поэтому что-либо предпринимать - бесполезно

Я, также как и все люди, иногда могу ошибаться

У меня есть достоинства, за которые меня можно любить и уважать

Не все и не всегда у меня должно быть лучше, чем у других

Я могу чувствовать себя счастливой, не смотря ни на что

Я не обязана всем нравиться

Мнение кого-то, отличное от моего, может быть верным

Никто не обязан вести себя так, как мне хочется

Никто не обязан быть безупречным на все 100%

Я имею право иметь мнение или суждение отличное от других

Просить о помощи и эмоциональной поддержке – это нормально

Я не обязан сохранять отношения, ставшие оскорбительными

Время от времени я имею право менять свои решения и привычки.

Приложение №3

Анкета для родителей

«Половое воспитание детей школьного возраста»

Просим вас внимательно изучить предлагаемую анкету, ответить на вопросы. Если такого ответа нет, то допишите его. Заранее благодарим Вас за сотрудничество.

1. Что Вы подразумеваете под понятием «половое воспитание»?

- а) Предоставление ребенку знаний об анатомических различиях между полами и их значении в продолжении человеческого рода
- б) формирование черт мужественности у мальчиков и женственности у девочек;
- в) знакомство ребенка с нормами и правилами поведения с людьми противоположного пола;
- г) подготовка мальчика к роли мужа и отца, девочки – к роли жены и матери;
- д) Ваш вариант _____

2. Достаточно ли Вам знаний о половом воспитании детей для его полноценного осуществления?

- а) Достаточно; б) знания есть, но мало; в) знаний нет совсем.

3. Занимаетесь ли Вы половым воспитанием ребенка в семье?

- а) Да б) нет ПО ВОЗМОЖНОСТИ

4. С какого возраста, на Ваш взгляд, необходимо осуществлять половое воспитание?

- а) С рождения; б) с дошкольного возраста
- в) со школьного возраста г) Ваш вариант _____

5. Где, по Вашему мнению, должно осуществляться половое воспитание детей школьного возраста?

- а) Только в семье; б) только в школе;
- в) в семье и в школе; г) Ваш вариант _____

6. Какие роли должны быть отведены матери и отцу в половом воспитании мальчика?

- а) Мать занимает ведущую роль, отец принимает участие;
- б) отец занимает ведущую роль, мать принимает участие;
- в) воспитанием занимается только мать;
- г) воспитанием занимается только отец;

д) мать и отец занимают равные позиции.

7. Какие роли должны быть отведены матери и отцу в половом воспитании девочки?

- а) Мать занимает ведущую роль, отец принимает участие;
- б) отец занимает ведущую роль, мать принимает участие;
- в) воспитанием занимается только мать;
- г) воспитанием занимается только отец;
- д) мать и отец занимают равные позиции.

8. Вопросы из какой области знаний о половом воспитании детей Вас больше всего интересуют?

Приложение №4

**Отношение общества к подростковой беременности
(опросник)**

1. Подростковая беременность — это проблема современного общества?

- Конечно
- не вижу в этом проблемы
- отношусь нейтрально
- не задумывался над этим

2. С какого возраста, по вашему мнению, можно начинать половую жизнь?

- С 13 и раньше
- с 14
- с 16
- с 18

3. Как вы думаете, приводят ли ранние половые связи к негативным последствиям?

(заражение инфекциями, незапланированная беременность)?

- Да

- нет
- возможно, в некоторых случаях
- зависит от поведения самих несовершеннолетних

4. Как вы относитесь к подростковой беременности, к мамам-подросткам?

- Считаю их глупыми, они не думали о своих действиях
- Поддерживаю, в такой ситуации может оказаться каждый
- не понимаю их, со мной бы такого не случилось

5. Были ли подобные случаи у ваших близких или знакомых?

- Да
- нет

6. Как вы считаете, если девочка-подросток забеременела, то следует:

- Сделать аборт
- Рожать и воспитывать
- Родить, но оставить в детском доме

7. По-вашему мнению, может ли ранняя беременность иметь положительный исход? (счастливая семья, хорошее будущее и т.п.)

- Да, может
- Нет
- Зависит от ситуации

8. Чем по-вашему мнению является аборт?

- Решением проблемы
- Вынужденной мерой
- Убийством ребенка

9. Как вы считаете, готовы ли девочки-подростки становятся матерями?

- Да
- Возможно
- Нет
- Зависит от ситуации

10. Знаете ли вы о негативном влиянии ранней беременности на организм матери и ребёнка?

- Да
- Не считаю это серьезной проблемой
- Нет
- Не задумывался

11. Считаете ли вы аборт гуманным решением данной проблемы?

- Нет, это убийство ребёнка
- Да, это выбор женщины
- Свой вариант

12. Как бы вы отнеслись к тому, что ваша подруга сообщила бы вам о том, что ожидает ребёнка?

- С осуждением
- Нейтрально, это личное дело каждого
- Положительно, чем раньше, тем лучше
- Свой вариант

13. Считаете ли вы, что в подростковом возрасте можно стать хорошими родителями?

- Да, появление ребёнка в семье помогает быстрее повзрослеть
- Нет, многие ещё не понимают, что такое ответственность за другого человека
- Свой вариант

14. Как вы думаете, с чем связано возникновение ранней беременности?

- С плохим воспитанием
- С недостаточными знаниями о способах предохранения
- С желанием быстрее войти во взрослую жизнь
- Свой вариант

15. Как вы считаете, стоит ли родителям проводить беседы со своими детьми по вопросам пола?

- Да, кто как не родители могут дать им достаточно информации
- Нет, подростки сами могут узнать об интересующих их вопросах из других источников
- Свой вариант

16. Как бы поступили вы, лично столкнувшись с данной проблемой?

- Никогда бы не прибегнул(а) к аборту
- В моём возрасте не нужны лишние проблемы
- Родить ребенка

17. Считаете ли вы, что дети, рождённые впоследствии таких ситуаций, обречены расти в обстановке несчастливой семьи?

- Да
- Нет
- Зависит от ситуации

- **18. Считаете ли вы правильным поступком то, что юные матери оставляют детей в приютах, либо делают аборты?**
- Конечно, они не готовы ко вступлению во взрослую жизнь
- Нет, они должны были понимать, к чему может привести начало ранних половых связей
- Свой вариант

19. К кому, по-вашему мнению, обращаются подростки при возникновении данной проблемы?

- Родителям
- Другьям
- В социальную помощь
- Психологу

20. Считаете ли вы, что нужно прислушиваться ко мнению других, в вопросе о дальнейшем будущем ребёнка?

- Да
- Нет
- Зависит от ситуации

21. Если бы близкие вам люди(отец ребёнка, родители) поставили бы перед вами ультиматум о том, что от ребёнка нужно избавиться, вы :

- Согласились бы с ними, ведь без их поддержки вас ждёт неблагоприятное будущее
- Отказались бы, ведь в противном случае это означает убийство ребёнка
- Попытались бы прийти к единому решению

22. Как вы считаете, в какой форме должны производиться разъяснительные работы с подростками по вопросам контрацепции, последствий абортов, консультирование по вопросам интимных отношений?

- устные беседы
- в виде учебных дисциплин в школе
- беседы среди родителей

23. Как вы думаете, будут ли такие мероприятия интересны подросткам?

- Да, они должны посещать их, чтобы иметь представление о возможных последствиях
- Нет, многие из них считают, что достаточно осведомлены в данном вопросе

24. Стали бы вы сами посещать такие мероприятия?

- Да, на них можно узнать много новой информации
- Нет, мне достаточно моих знаний

25. Как вы думаете, изменится ли ситуация после проведенной профилактической работы?

- Да
- нет
- не задумывался

Приложение №5

Буклет «Профилактика подростковой беременности»



Какую беременность принято считать ранней?

Ранней или подростковой беременностью принято считать состояние беременности у девушек-подростков возрастной категории от 13 до 19 лет. Девочки-подростки очень часто вступают в интимные отношения из-за желания «быть не хуже других», да и повсеместная пропаганда секса играет в этом не последнюю роль. Согласно проведенным опросам только треть

сексуально-активных подростков пользуется презервативами, еще одна треть – практикует прерванный половой акт, а оставшаяся часть – не пользуется ничем. 5% опрошенных школьников сталкивались с проблемой ранней беременности.



Статистика подростковой беременности.

Большая часть ранних беременностей является незапланированной. Отсюда печальная статистика: 70% беременностей заканчиваются абортами (очень часто - на поздних сроках), 15% -выкидышами, 15% - родами.



Девушка не должна идти на поводу своих сексуальных фантазий. Если уже совсем невмоготу, можно описывать свои состояния и мысли в личном дневнике, попробовать написать эротический или любовный рассказ, сочинить стихи, рисовать, проявляя свою не окрепшую сексуальность в безопасной форме.

Так чем опасна подростковая беременность?



Психологические проблемы. Зачастую факт беременности подростками сознается с опозданием. Естественная первая реакция – шок, стыд, чувство вины, растерянность, нежелание принять случившееся. Страх, потрясение, паника. В столь раннем возрасте девочкам сложно справиться с нахлынувшими проблемами и их эмоциональной стороной. Одних это повергает в депрессию, других — побуждает ждать «чуда».



Социальные проблемы. Беременные девочки-подростки очень часто сталкиваются с осуждением и порицанием. Они боятся признаться в случившемся даже своим родителям, оставаясь наедине с проблемой. Из-за ранней беременности девочки вынуждены бросать школы, ставя тем самым крест на дальнейшем образовании, самореализации и карьере.

Физиологические проблемы. Течение беременности у девочек-подростков не имеет каких-либо существенных отличий от беременности взрослых женщин. Однако наблюдается следующая тенденция: чем моложе будущая мать, тем больший риск осложнений и вероятность какой-либо патологии как у нее самой, так и у ребенка.

Риск для беременного подростка:

- **анемия** (снижение концентрации гемоглобина в крови);
- **гипертония** (повышенное артериальное давление);
- **токсикоз;**
- **преэклампсия** (поздний токсикоз);
- **недостаточное прибавление веса во время беременности** (из-за плохого питания, не здорового образа жизни);
- **предлежание плаценты** (из-за недостаточного уровня гормонов);
- **выкидыш;**
- **преждевременные роды;**
- **осложнения в течение родов, непроходимость плода, раз решение кесаревым сечением** (из-за клинически узкого таза);
- **недоношенность** (чем раньше рождается ребенок, тем выше риск развития проблем со зрением, пищеварением, дыхательной системой, общим развитием организма);
- **маловесность новорожденного (2,5-1,5 кг);**
- **внутриутробная гипоксия плода;**
- **родовые травмы;**
- **большая вероятность искусственного вскармливания** (из-за недостаточной мотивации мам-подростков);
- **предрасположенность к отставанию в умственном и физическом развитии.**

Как влияют вредные привычки на твой растущий организм?

От образа жизни зависит не только твое здоровье, но и здоровье твоих будущих детей. Развивающийся организм особенно чувствителен к воздействию вредных факторов: никотин, алкоголь, наркотики. Они, за счет

повреждения яйцеклеток, приводят к нарушению менструального цикла, бесплодию, нарушению течения беременности и родов, рождению детей с пороками развития и недоношенным.

Чем опасна ранняя половая жизнь?

Для создания надежной, полноценной семьи и воспитания детей нужна не только биологическая, но и нравственная, социальная зрелость. А это достигается в более старшем возрасте. Половая жизнь в подростковом периоде может иметь отрицательные последствия для здоровья. Она никогда не приносит истинной радости и счастья. Для девочки она чревата не только наступлением незапланированной и опасной для здоровья в этом возрасте беременности, но и заболеваниями, передающимися половым путем (ЗППП), а также психоэмоциональными расстройствами и социальными проблемами. Половое воздержание до брака — залог здоровой семьи и здорового поколения.



Что такое инфекции, передаваемые половым путем? Это болезни, которые передаются от человека к человеку при сексуальном контакте. К ним относятся: ВИЧ/СПИД, сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз,

микоплазмоз и др. Некоторые из них успешно излечиваются, другие (ВИЧ/СПИД) неизменно имеют плачевный итог. Девушка может защитить себя от заражения, только если практикует безопасное половое поведение — воздерживается от случайных сексуальных связей или правильно использует качественный презерватив при каждом сексуальном контакте. Следи за чистотой своего тела ежедневно принимай гигиенический душ. В период менструаций, наряду с ежедневным душем, 2 раза в день обмывай наружные половые органы теплой водой с мылом и используй специальные прокладки или тампоны, меняй их не реже, чем через 4 часа. Между менструациями могут быть вагинальные выделения — бели, это вполне нормальное явление. Чтобы чувствовать себя комфортнее, можешь использовать ежедневные гигиенические прокладки. Нельзя допускать переохлаждения органов малого таза – сидеть на холодных поверхностях, в холодное время года ходить только в капроновых колготках (поверх колготок надевай теплые лосины, брюки; верхняя одежда должна соответствовать сезону и прикрывать ягодицы).

Рекомендуем обратиться к врачу-гинекологу, если:

- не наступили менструации к 16-17 годам;
- длительность менструаций менее двух или более семи дней;
- сильно беспокоят болевые ощущения во время менструации;
- менструации обильные, со сгустками;
- через 1 год не установился регулярный менструальный цикл;
- есть задержка менструации более 7 дней при установившемся менструальном цикле;
- изменяется количество, внешний вид и запах белей — это может быть признаком воспаления.

Период полового созревания приходится на возраст с 10 до 18 лет.

В это время в организме девочки происходят изменения, связанные с усилением выработки половых гормонов. Одно из первых изменений — это

увеличение роста и веса. Начинают развиваться молочные железы, в области половых органов и подмышек появляются волосы, бедра становятся круглее и шире. Кожа становится жирнее, могут появиться угри, увеличивается потоотделение. Меняется и эмоциональное состояние: чувства обостряются. Еще один признак взросления девочки — появление менструации. Что такое менструация? Это кровянистые выделения из половых путей, обусловленные отторжением внутреннего слоя матки. Продолжительность и обильность менструаций зависят от образа жизни, физических и эмоциональных нагрузок. Нормальная менструация длится 3-7 дней. Обычно она проходит один раз в месяц. Первая менструация может прийти в возрасте между 9 и 15 годами, но чаще всего — в 12-14 лет. Время первой менструации точно предсказать невозможно, ее начало во многом зависит от индивидуальных особенностей организма, физического развития, питания, перенесенных заболеваний, социально-бытовых условий и т.д. Начало менструации — это естественное явление, которое происходит с каждой девочкой. Воспринимай ее как еще один шаг на пути к взрослению. Что ты можешь чувствовать во время менструации? Ты можешь вести обычный образ жизни: ходить в школу, делать физические упражнения, работать. Иногда непосредственно перед или во время менструации ты можешь чувствовать усталость, желание отведать определенных продуктов, повышенную раздражительность и обидчивость, боли внизу живота или чувство вздутия.

Почему у некоторых девочек признаки полового созревания появляются позже, чем у их сверстниц?

Причинами задержки полового созревания могут быть употребление низкокалорийной пищи, дефицит массы тела, недостаточное употребление витаминов и минералов, хронический стресс, нервная анорексия — отвращение к пище, интенсивные занятия спортом, заболевания щитовидной железы со сниженной функцией и др. Что такое менструальный цикл? Это период с первого дня одной менструации до первого дня последующей менструации. Нормальная продолжительность менструального цикла от 21 до

35 дней, в среднем — около 28 дней. В течение первого года считается вполне нормальным, если менструация не проходит ежемесячно или, наоборот, между менструациями появляются выделения. Регулярный менструальный цикл отражает нормальное состояние репродуктивной функции женщины. Что такое менструальный календарь? Для того чтобы вовремя выявить расстройство менструального цикла, каждой девушке следует знать сроки начала и окончания менструации. Для этого имеет смысл каждый месяц отмечать дни менструации в обычном календаре, так как по нему можно определить продолжительность своего цикла и предположительное время начала следующей менструации. Что может явиться причиной нарушения менструального цикла? Это могут быть тяжелые заболевания внутренних органов, эндокринных желез, туберкулез, воспалительные заболевания матки и придатков, различные травмы, вредные привычки. Менструации в этих случаях становятся нерегулярными, болезненными, чересчур обильными или, наоборот, скудными. Девочкам, желающим похудеть, надо помнить, что дефицит массы тела, сильное снижение веса и нервная анорексия также могут нарушить менструальную функцию, а она очень трудно восстанавливается. Нарушения цикла возникают также при стрессах, конфликтах в семье или школе, неправильном балансе режима сна и бодрствования, чрезмерных умственных нагрузках

Как влияют вредные привычки на твой растущий организм?

От образа жизни зависит не только твое здоровье, но и здоровье твоих будущих детей. Развивающийся организм особенно чувствителен к воздействию вредных факторов: никотин, алкоголь, наркотики. Они, за счет повреждения яйцеклеток, приводят к нарушению менструального цикла, бесплодию, нарушению течения беременности и родов, рождению детей с пороками развития и недоношенными.

Чем опасна ранняя половая жизнь?

Для создания надежной, полноценной семьи и воспитания детей нужна не только биологическая, но и нравственная, социальная зрелость. А это достигается в более старшем возрасте. Половая жизнь в подростковом периоде может иметь отрицательные последствия для здоровья. Она никогда не приносит истинной радости и счастья. Для девочки она чревата не только наступлением незапланированной и опасной для здоровья в этом возрасте беременности, но и заболеваниями, передающимися половым путем (ЗППП), а также психоэмоциональными расстройствами и социальными проблемами. Половое воздержание до брака — залог здоровой семьи и здорового поколения.

Что такое инфекции, передаваемые половым путем?

Это болезни, которые передаются от человека к человеку при сексуальном контакте. К ним относятся: ВИЧ/СПИД, сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, микоплазмоз и др. Некоторые из них успешно излечиваются, другие (ВИЧ/СПИД) неизменно имеют плачевный итог. Девушка может защитить себя от заражения, только если практикует безопасное половое поведение — воздерживается от случайных сексуальных связей или правильно использует качественный презерватив при каждом сексуальном контакте. Следи за чистотой своего тела Ежедневно принимай гигиенический душ. В период менструаций, наряду с ежедневным душем, 2 раза в день обмывай наружные половые органы теплой водой с мылом и используй специальные прокладки или тампоны, меняй их не реже, чем через 4 часа. Между менструациями могут быть вагинальные выделения — бели, это вполне нормальное явление. Чтобы чувствовать себя комфортнее, можешь использовать ежедневные гигиенические прокладки. Нельзя допускать переохлаждения органов малого таза — сидеть на холодных поверхностях, в холодное время года ходить только в капроновых колготках (поверх колготок надевай теплые лосины, брюки; верхняя одежда должна соответствовать сезону и прикрывать ягодицы).

Памятка для родителей

Уважаемые родители! Помните о профилактике ранних половых связей!

Подростковый возраст самый ранимый и сложный. Это переходный этап из детства в юность. Главной особенностью этого периода является изменения в приоритетах: на первое место подросток ставит не учебу, а личностное общение со сверстниками, активное взаимодействие с противоположным полом.

Кто как не родитель должен помочь ему в жизненном самоопределении. Это обязанность, которой нельзя пренебрегать. Родители, зная психические и физические особенности своего сына или дочери, обязаны дать им четкое представление о нравственном и ответственном поведении, тактично формировать у детей неприятие к половой распущенности. Подростки нуждаются в профилактических советах своих родителей. Однако не все родители обсуждают с детьми вопросы полового созревания и половой культуры. Одних родителей волнует факт вступления детей в половые отношения, других – профилактика рисков, связанных с последствиями половых связей.

Приходит время и ребенок спрашивает нас: «А что вы, родители, думаете о половых связях детей моего школьного возраста»? Важно

отнестись к вопросу серьезно. Наша доброжелательность и чуткость окупится доверием ребенка.

Хотелось бы дать несколько советов родителям подростков:

-Не допускайте, чтобы ваш ребенок получал информацию о половой жизни из уст своих сверстников.

-Найдите время для откровенного разговора, не ставьте табу на темах полового воспитания.

-Обсудите с ним его успехи, достижения, возможные планы на будущее, традиции своей семьи (недопущение ранних половых отношений, зрелый возраст вступления в брак, родительская ответственность...)

-Расставьте ценностные приоритеты на данном этапе взросления (здоровье, образование, спорт, путешествия...)

-Расскажите ему о способах сохранения репродуктивного здоровья, последствиях ранних половых связей.

-Объясните ему, что только половая зрелость и настоящая любовь дают человеку право на половую жизнь.

-В беседе обратите внимание на то, что когда-то у ребенка будет семья и семейная жизнь должна начинаться с невинных отношений, с уважения достоинств друг друга.

-Признайтесь ребенку в том, что вы им гордитесь и надеетесь, что он оправдает ваши надежды.