

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №62

**Комплексно-целевая программа по профилактике
наркомании, алкоголизма, табакокурения
и употребления психоактивных веществ среди обучающихся школы
«Мой выбор»**

Паспорт программы

Наименование программы	Комплексная программа по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних «Мой выбор»
Разработчики программы	Заместитель директора школы по воспитательной работе Шавшина Н.В., Мысливцева Л.В.
Цель программы	Разработка и применение эффективных, комплексных мер, направленных на профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения среди несовершеннолетних и противодействие злоупотреблению наркотическими средствами, а также формирование у подрастающего поколения и молодежи позитивного отношения к жизни.
Основание для разработки программы	<p>Федеральные законы и нормативно-правовые акты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации». • Федеральный закон № 124-ФЗ от 24.07.1998 г. «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ». • Федеральный закон N 120-ФЗ от «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних». • Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011 N 163-р «О концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 годы». • Указ Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. N 761 "О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы". <p>Постановления Правительства РФ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Постановление Правительства РФ «О дополнительных мерах по усилению профилактики беспризорности и безнадзорности несовершеннолетних на 2002 год» от 13.03.2002г. №154.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение целенаправленной работы по осуществлению комплексных мер по профилактике распространения наркомании, в том числе работы с родителями, направленной на формирование в семьях здоровые сберегающих условий здорового образа жизни, профилактику вредных привычек; 2. Формирование у подрастающего поколения и молодежи позитивного отношения к жизни, психологического иммунитета к наркотикам, алкоголю, табаку, установок на ведение здорового образа жизни и улучшение их духовно-нравственной культуры; 3. Повышение уровня воспитательно-профилактической работы в школе, самосознания учащихся через разнообразные формы работы; <ul style="list-style-type: none"> - Предоставление подросткам объективной информации о негативных последствиях приема ПАВ, алкоголя и табака; 4. Обеспечение координации усилий всех участников воспитательного процесса в организации профилактической работы. 5. Профилактику наркомании и пропаганду здорового образа жизни целесообразно начинать уже с 1-го класса. Данная программа рассчитана на обучающихся школьного возраста,

	легко применима в общеобразовательном учреждении.
<i>Сроки реализации программы</i>	2021 – 2022 учебный год
<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Повышение образовательного уровня родителей и детей по вопросам здорового образа жизни. 2. Информационное и методическое взаимодействие всех участников образовательного процесса, направленное на предотвращение распространения наркомании, алкоголизма, табакокурения; пропаганду здорового образа жизни. 3. Формирование банка данных о семьях и детях, находящихся в трудной жизненной ситуации. 4. Повышение уровня информированности школьников о формах рискованного поведения, здоровье сберегающей позиции и поведения. 5. Возрождение традиций семейного воспитания, утверждение здорового образа жизни. 6. Оказание практической помощи родителям при возникновении проблемных ситуаций. Обучение родителей навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношении с ребёнком (подростком). 7. Создание условий для развития личности учащегося, формирование позитивной аутоидентификации, ценностных ориентаций и установок, исключающих употребление наркотиков и минимизирующих прием других ПАВ, усвоении основных жизненных навыков, необходимых для успешной самореализации и противостояния возможному давлению со стороны потребителей ПАВ, а также в реальном оздоровлении социального окружения учащегося.
<i>Участники реализации программы</i>	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагоги школы, мед. работник, инспектор ОДН, библиотекарь, родители.
<i>Управление, контроль</i>	Мониторинг школы
<i>Формы и методы реализации программы</i>	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, мозговые штурмы, фоновые мероприятия.

Введение

Здоровье — это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека.

Среди наиболее серьезных проблем общества, которые касаются здоровья, вредные привычки занимают не последнее место. В условиях усиливающейся наркоагрессии, алкоголизации и табакокурения важнейшей стратегической задачей борьбы с социально-негативными явлениями несовершеннолетних детей и подростков является организация профилактической работы, направленной на формирование у молодого поколения ориентации на здоровый образ жизни.

Одной из приоритетных задач в нашем образовательном учреждении является охрана здоровья и физического развития школьников, развитие системы профилактических мероприятий по охране здоровья и воспитание привычки к здоровому образу жизни.

Молодые люди должны успешно строить отношения с окружающим миром — решать проблемы, реализовывать возникающие потребности за счет собственных знаний и умений. И тут задачи профилактики полностью совпадают с собственно задачами воспитания. Помогая юному человеку осознавать ответственность за выбор здорового образа жизни, приобретать умение решать личные и социальные проблемы, педагог защищает его от власти дурманящих веществ.

Комплексная социально-психологическая программа по профилактике употребления психоактивных веществ основана на концепции, которую можно без труда объяснить детям, учитывая их возрастные и психологические особенности.

Программа содержит основные положения, касающиеся организации профилактической работы в области наркомании, алкоголизма, табакокурения, токсикомании среди учащихся МБОУСОШ №62.

Своевременное и полномасштабное внедрение указанной программы позволит задерживать распространение наркомании, алкоголизма, токсикомании, табакокурения среди учащихся за счёт повышения информированности о вреде употребления наркотиков, табакокурения, токсикомании и алкоголизма, и воздействия вышеперечисленных явлений на поведение и здоровье школьников.

Настоящая комплексная программа направлена на работу по первичной и вторичной (для “группы риска”) профилактике злоупотребления психоактивных веществ, по формированию внутришкольной среды, обеспечивающей стойкое неприятие к употреблению наркотических и психоактивных средств.

Источником формирования у молодежи пагубных привычек является комплекс социальных факторов. Отсутствие взаимопонимания в семье и в школьном коллективе, не всегда заметное сразу, неумение реализовать себя впоследствии может принести губительные плоды.

При реализации данной программы учитываются три компонента: образовательный, психологический и социальный. Данное деление условно, поскольку каждое занятие, мероприятие по профилактике ПАВ (независимо от того, кто его проводит: классный руководитель, педагог-психолог или социальный педагог) учитывает все эти три компонента.

1. Образовательный компонент

Основан на предоставлении информации о влиянии наркотических веществ на здоровье человека и его судьбу. Он является своего рода моделью “устрашения”. Такой компонент чаще всего используется сегодня в школьной и родительской практике. Он является полностью когнитивным и предполагает, что если человек будет знать об опасности употребления определенных веществ, то будет от них воздерживаться. Такой взгляд оказался чересчур упрощенным. Удовлетворить любопытство к наркотикам простыми рассказами о них невозможно. Если часто говорить о наркотиках, использовать слово “наркотик”, то это может вызвать даже обратную реакцию. Поэтому произносить слова “наркотик”, “психоактивное вещество” лучше реже, но так, чтобы дети эмоционально сильно отреагировали. Профилактикой наркомании по образовательному компоненту должны заниматься только высококвалифицированные специалисты, так как в противном случае это может вызвать в некоторых подростковых группах обратный эффект, вызывая любопытство подростков.

Образовательный компонент Профилактики должен комбинироваться с другими компонентами профилактики. Вместе с тем, учитывая простоту его использования и тот факт, что он является основой любой профилактической работы, необходимо разрабатывать методы повышения его эффективности.

Основные формы обучения, используемые в этом компоненте: уроки, лекции, семинары, конференции, мини-спектакли.

2. Психологический компонент.

Психолого-педагогическая профилактика употребления ПАВ бывает первичной, вторичной и третичной. Первичная проводится со всеми учащимися как правило её проводят классные руководители. Социальный педагог и педагог-психолог тоже участвуют в первичной профилактике, проводя общешкольные мероприятия: единые тематические дни, акции и т.д. Вторичная профилактика проводится с детьми “группы риска” - здесь уже важную роль играют специалисты школы – социальный педагог и педагог-психолог.

Каждое образовательное учреждение (педагоги и специалисты) выбирает и использует такие формы работы с детьми и родителями, которые в большей степени соответствуют его внутренней философии, организационной культуре, образовательной программе.

Для реализации комплексной социально-психологической программы по профилактике употребления ПАВ можно использовать активные методы психолого-педагогического воздействия: социально-психологический тренинг, аудио визуальные средства, кооперативное обучение, игровое моделирование реальных ситуаций, сказкотерапия, арттерапия.

Активные методы проведения занятий способствуют приобретению навыков самоконтроля, саморегуляции, выбора и принятия решений, укреплению волевых качеств и психической устойчивости по отношению к неудачам, трудностям и преградам.

Цель работы с учениками – это усиление “защитных факторов” против употребления ПАВ и ликвидация (или ослабление) “факторов риска”.

К “факторам риска” относится нестабильное эмоциональное состояние (агрессивность, тревожность). А усиление “защитных факторов” заключается в том, чтобы формировать в учениках навыки и умения:

- управлять своими эмоциями;
- противостоять негативному давлению окружающей среды (умение говорить “нет”);
- справляться со стрессовыми ситуациями;
- конструктивно общаться.

Для решения проблемы употребления психоактивных веществ в подростковой и молодежной среде мало рационального функционирования какого-либо одного социального института. Необходима срочная и своевременная координация всех

субъектов, в большей степени заинтересованных в создании здорового общества. В рамках деятельности школы обязательно проводится работа по профилактике наркомании, токсикомании, алкоголизма, особое внимание уделяется несовершеннолетним, стоящим на учете.

Нашей целью в данном направлении становится снижение числа лиц, стоящих на внутришкольном учете, потому что именно этот показатель не только остается стабильным, но и пополняется несовершеннолетними учащимися 5-9 классов. Именно эта категория подростков больше всего подвержена влиянию наркомании и табакокурения.

Основной стратегической составляющей нашей программы стал принцип: «Болезнь легче предупредить, чем лечить». В связи с этим, считаем первоочередной задачей грамотно организовать пропаганду здорового образа жизни преимущественно среди здоровых, не опробовавших на себе действие ПАВ детей.

Программа рассчитана на учащихся 1 – 11 классов, имеет комплексный характер, так как в ее рамках реализуется работа с учащимися, родителями, педагогами и детьми «группы риска».

Гарантом эффективности работы с родителями являются:

- установка на работу с родителями как на работу с единомышленниками (вместо установки “родитель — враг, соперник”);
- доброжелательное отношение к ребенку и родителям (вместо обвиняющей позиции педагога);
- заинтересованность педагога в решении проблемы ребенка (вместо формального общения, “для галочки”);
- системный характер работы с родителями (вместо спонтанных, “одноразовых” мероприятий).

Основными направлениями работы педагога-психолога с родителями являются диагностика и консультирование.

С родителями учащихся педагог-психолог проводит анкетирование для раннего выявления родителями зависимости у подростков. Результаты анкетирования доводятся до сведения родителей и классных руководителей. По результатам анкетирования и по запросу родителей проводятся консультации.

Кроме того, педагога-психолога часто привлекают к выступлению на классных и общешкольных родительских собраниях для просвещения родителей по проблемам профилактики употребления ПАВ детьми и подростками.

Так же для раннего выявления предрасположенности детей и подростков к (зависимому) поведению с педагогами проводятся диагностические процедуры: Опросник выявления предрасположенности к аддиктивному (зависимому) поведению В.Ю. Завьялова.

В целом, весь диагностический материал (для учащихся, родителей, педагогов) позволяет объективно выявить “группу риска” детей, склонных к зависимому поведению и начать раннюю профилактическую работу с такими детьми.

Цель педагога-психолога в работе с педагогическим коллективом – это расширение и углубление знаний и умений педагогов в создании в классе благоприятной (не провоцирующей употребление ПАВ) атмосферы, в формировании отношения к ученикам, основанное на любви, уважении, оптимальной требовательности и справедливости. Повышение коммуникативной культуры педагогов тоже может способствовать снижению употребления ПАВ. В различных исследованиях выявлено, что от учителя могут исходить поступки, провоцирующие детей и подростков на девиантное поведение. Введение современных эффективных технологий, при которых каждый ученик будет успешен, позволит избежать проявлений девиантного поведения.

3. Социальный компонент предполагает - формирование жизненных навыков (навыков общения, навыков владения собой), помощь в социальной адаптации подростка.

Цель: формирование социальных навыков, необходимых для реализации принципа здорового образа жизни.

Формирование жизненных навыков определяется как “процесс обучения детей в их взаимодействии между собой и с педагогами для приобретения знаний, навыков и формирования поведения, которое позволит молодежи и взрослым ответственно относиться к собственной жизни, принимать правильные, здоровые жизненные решения, обладать высокой сопротивляемостью негативным формам давления, минимизировать вредоносные виды поведения”.

В этом определении “приобретение знаний, навыков и формирование поведения” означает не только получение существенной жизненно важной информации, но также обучение, в результате которого происходит переработка и усвоение информации. Имея такие знания, человек применяет их, мысля критически, принимая эффективные решения, устанавливая продуктивные межличностные отношения, стремясь понять себя и других, ставя цели, умея договариваться с окружающими с учётом их потребностей и желаний.

Оценка эффективности программы:

Для начала профилактической работы в каждом новом учебном году в октябре месяце необходимо проводить скрининговое тестирование на склонность к аддиктивному поведению. Одновременно проводится анкетирование родителей и педагогов. Выявляется “группа риска” детей. С “группой риска” проводится углубленная диагностика по методике А.Н Орёл для выявления направленности аддиктивной склонности (склонность к преодолению норм и правил, склонность к аддиктивному поведению, склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению, склонность к агрессии и насилию, склонность к деликвентному поведению). Результаты этой диагностики помогут разделить учащихся по группам для дальнейшей коррекционной работы. Чаще всего это учащиеся среднего и старшего звена (6-9 класс).

В течение учебного года социальным педагогом проводятся анкетирования “Табак”, “Отношение к алкоголю”, “Что мы знаем о курении?”, Тест “ПАВ”. Результаты этих анкетирований и тестирований помогают корректировать состав групп и направления коррекционной работы.

Еще один подход при планировании работы с учениками “группы риска”, склонных к зависимому поведению, заключается в диагностике личностных особенностей, увеличивающих вероятность приобщения подростков к употреблению психоактивных веществ.

Традиционно такими чертами считаются: инфантилизм, внушаемость и подражательность, ригидность и упрямство, прогностическая некомпетентность (неспособность в полной мере и адекватно планировать и прогнозировать будущее), наивность, любопытство и высокая поисковая активность, максимализм, яркость воображения, нетерпеливость, склонность к риску и “вкусу опасности”, страх быть покинутым. Здесь проводится уже индивидуальная диагностическая и коррекционная работа.

В целом, основным результатом работы в рамках реализации комплексной социально-психологической программы по профилактике употребления ПАВ является:

- снижение числа детей, имеющих признаки аддиктивной зависимости;
- увеличение числа детей, снятых с внутришкольного учета.

Можно использовать следующие **критерии отслеживания эффективности реализации Программы.**

1 способ: **Отслеживание эффективности всей программы в целом.**

Критерии:

- изменение количества подростков, пробовавших спиртное;
- изменение количества учеников, курящих сигареты;
- увеличение количества детей, негативно относящихся к наркомании, алкоголизму, табакокурению;
- результаты проведения мониторинга здоровья учащихся;
- активность и заинтересованность школьников в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья.

2 способ: **Отслеживание эффективности каждого проводимого мероприятия Программы.**

После проведения мероприятия проводятся опросы участников (детей, родителей) с целью отслеживания эффективности мероприятия, динамики осознания проблемы и отношения к ней, уровня и степени добровольной вовлеченности родителей, обучающихся в мероприятиях.

“Болезнь легче предупредить, чем лечить” — это золотое правило медицины приобретает особое значение, когда речь заходит о злоупотреблении психоактивных веществ (ПАВ) среди подростков.

Основная задача педагогической профилактики заключается не столько в предотвращении реального знакомства с психоактивными веществами, сколько в том, чтобы помочь овладеть учащимся определенными навыками поведения, которые помогут следовать ЗОЖ (здоровому образу жизни).

Молодые люди должны успешно строить отношения с окружающим миром — решать проблемы, реализовывать возникающие потребности за счет собственных знаний и умений. И тут задачи профилактики полностью совпадают с собственно задачами воспитания. Помогая юному человеку осознавать ответственность за выбор здорового образа жизни, приобретать умение решать личные и социальные проблемы, педагог защищает его от власти дурманящих веществ.

Уменьшение количества факторов риска и воспитание личностной гибкости (усиление защитных факторов) - наиболее современный подход к профилактике.

Данная программа основана на концепции, которую можно без труда объяснить детям, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие “единого целого”, т.е. **здоровье следует понимать, как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого.**

Программа сопровождает процесс становления и развития личности школьника и **охватывает весь период обучения ребенка в школе.**

Цели:

- Создание образовательной среды (совокупности социально-педагогических, психолого-педагогических, культурологических и др. условий), поддерживающей ценности жизни, здоровый образ жизни, развитие человека, индивидуальности, личности, не принимающей идеологию решения жизненных проблем средствами наркомании.

Основные задачи:

- Формировать нормы, установки, ценностей на здоровый образ жизни и негативное отношение к использованию наркотических средств;

- Формировать личную ответственность за своё поведение, формировать социальные навыки говорить “нет” тому, что может помешать осуществлению позитивных целей.
- Повышать уровень знаний о влиянии наркотиков на физическое и психическое здоровье человека, на его будущее;
- Повышать уровень знаний родителей по созданию в семье благоприятной (не провоцирующей употребление ПАВ) атмосферы, формировать ответственное отношение к своим детям, основанное на оптимальной требовательности, справедливости.
- Повышать уровень знаний педагогов, специалистов ОУ, включающих в свою профессиональную деятельность вопросы профилактики наркозависимости, антинаркотического образования детей и подростков.

В работе по данной программе необходимо учитывать следующие компоненты:

1. Образовательный компонент – знание о действии химических веществ на организм человека, о механизмах развития заболевания зависимости, понимание последствий, к которым приводит химическая зависимость.

Цель: научить подростка понимать и осознавать, что происходит с человеком при употреблении ПАВ.

2. Психологический компонент – коррекция определенных психологических особенностей личности, способствующих развитию зависимости от употребления ПАВ, создание благоприятного климата в коллективе, психологическая адаптация подростков “группы риска”.

Цели: формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников.

3. Социальный компонент – формирование жизненных навыков (навыков общения, навыков владения собой), помощь в социальной адаптации подростка,

Цель: формирование социальных навыков, необходимых для реализации принципа здорового образа жизни.

Программа профилактики состоит из трех этапов. В ее основу положены возрастные периоды закладки аддиктивного поведения

Возрастные периоды аддиктивного поведения:

У аддиктивного поведения есть несколько этапов закладки.

1 этап - познавательный (период ориентации) . Он приходится на возраст 3-5 лет. Ребенок знакомится с ситуациями употребления алкоголя и табакокурения окружающими его взрослыми людьми. Кроме того, что он видит, как это делает взрослое окружение, часто сам становится пассивным курильщиком.

Промежуток между 1 и 2 этапами называется установкой на “первую пробу”.

2 этап - этап тайного пребывания. Ребенок в 8-9 лет начинает четко анализировать ситуацию поведения окружающих. Он видит, как взрослые, выпив, становятся “детьми”. Начинают его замечать, шутить с ним, играть в его игры, что им и в голову не придет делать в трезвом состоянии.

Вывод: попробовав алкоголь, стану взрослее.

3 этап - импровизированного застолья. 12-14 лет - дни рожденья с алкоголем без присутствия родителей. Этот период совпадает с периодом полового созревания. Период

неустойчивого гормонального выхода, когда все полученные эмоции особенно сильно запоминаются. Это период, когда дети одного класса делятся на отдельные группировки, и здесь очень важно, кто лидер этой группировки.

4 этап приходится на подростковый возраст 14-17 лет **“формирования круга друзей”**. Здесь, как правило, и школа, и родители принимают самое активное участие, но, зачастую, не в нужном направлении. Детей переводят в другие школы, формируют спецклассы и, подчас, эти новые группировки вносят разнообразие в аддиктивное поведение. Если подросток из некурящей группы перешел в курящую, из непьющей в пьющую, то вероятность того, что он не начнет курить или употреблять алкоголь очень низка.

ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ ПРОФИЛАКТИКИ

этапы	возраст	характеристика
I	7-9 лет	Формирование представления о здоровье, его значении, об основах здорового образа жизни; освоение навыков безопасного поведения (в том числе связанных с наркотизацией окружающих); развитие навыков самоконтроля.
	9-11 лет	Формирование комплексного представления о здоровье, расширение знаний о негативном воздействии наркотических веществ на организм человека;
II	11–13 лет	Выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; необходимо заложить установку “не делай, как другие” по отношению к ПАВ; формирование устойчивости к негативному давлению среды. Расширение знаний о негативном воздействии наркотических веществ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ).
III	14–18 лет	Освоение навыков отказа и навыков пошагового общения в ситуациях наркотического заражения, умения найти выход в конфликтной ситуации; “умей сказать – НЕТ!”

Активные методы психолого-педагогического воздействия, применяемые в работе по профилактике употребления ПАВ:

Социально-психологический тренинг стал одним из самых эффективных способов превентивного обучения. Интенсивное личностное общение, которое разворачивается в рамках так называемого “группового процесса”, обеспечивает уникальные условия для развития мотивации межличностного общения и познавательной мотивации, коммуникативной компетентности и рефлексивных качеств участников тренинга.

Тренинг позволяет не только осознать проблемы и причины личностных трудностей, но и обучить новым адаптивным способам поведения, улучшить субъективное самочувствие учащихся и укрепить их психическое здоровье.

Аудиовизуальные средства – люди любят смотреть кино, слушать радио. Поэтому просмотр или прослушивание талантливого произведения – замечательный способ для эмоционального проживания информации. Использование наглядных пособий – используя наглядные пособия ведущий помогает участникам запоминать и усваивать

информацию. наглядными пособиями могут быть диаграммы, слайды, макеты, модели, раздаточный материал, буклеты плакаты.

Кооперативное обучение – это метод групповой работы, при котором участники объединяются в небольшие группы от 2 до 8 человек, взаимодействуют лицом к лицу, решая общую задачу, имея общие ресурсы, между ними существует позитивная взаимозависимость, личная ответственность за происходящее и коллективно-распределенный способ деятельности. Совместная работа в группе позволяет формировать качества социальной и личностной компетентности учащихся.

Игровое моделирование реальных ситуаций позволяет в процессе специально построенных игр активно решать поставленные задачи, формирует устойчивую мотивацию, связывает обучение с практикой, создает особую атмосферу – доверия, раскованности, свободы творчества. Ролевое моделирование может осуществляться в форме драматических представлений, ролевых игр, имитации радиопередач и телевизионных шоу. Эти методы позволяют тренировать социально желательное поведение подростков, развивать уверенность, делать осмысленный выбор и импровизировать в значимых ситуациях.

Энергизатор – короткое упражнение, восстанавливающее энергию класса и отдельных учеников, позволяющее привлечь и сохранить на занятии их внимание, включить всех в обучение, получить удовольствия от учебы.

Сказкотерапия – само название метода указывает на то, что его основой является использование сказочной формы. Перспективность использования этого метода в работе по предупреждению приобщения детей к ПАВ обусловлена следующим: форма метафоры, в которой созданы сказки, истории, наиболее доступна для восприятия ребенка, и в то же время, воздействие с помощью метафоры является глубинным и удивительно стойким, т.к. затрагивает не только поведенческие пласты психики, но и ее ценностную структуру. Таким образом, возможна практическая реализация работы по формированию внутриличностных “антинаркотических барьеров”, наличие которых и признается главным защитным фактором по отношению к возможной наркотизации.

Арттерапия – метод, используемый в качестве средства психолого-педагогического воздействия искусством. Основная цель арттерапии – установление гармонических связей с окружающим миром и с самим собой через искусство. Терапия искусством укрепляет личность ребенка. Творя, дети обдумывают мир и ищут свой язык, связывающий их с “большим” миром и наиболее точно выражающий их внутренний мир.

Разнообразие способов самовыражения, положительные эмоции, возникающие в процессе арттерапии, снижают агрессивность, повышают самооценку (“я не хуже других”), адаптивные способности ребенка к повседневной жизни. Метод позволяет работать с чувствами: исследовать и выражать их на символическом уровне. Использование элементов арттерапии в профилактике способствует усилению защитных факторов по отношению к возможному вовлечению в наркотизацию.

Психогимнастика – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Термин “психогимнастика” рассматривается в узком значении, т.е. как игры, этюды, в основе которых лежит использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации. Психогимнастика может использоваться на профилактических занятиях для решения задач групповой психокоррекции: установление контакта, снятие напряжения, отработка обратной связи.

Активные методы проведения занятий способствуют приобретению навыков самоконтроля, саморегуляции, выбора и принятия решений, укреплению волевых качеств и психической устойчивости по отношению к неудачам, трудностям и преградам.

Формы профилактической работы с детьми

Возрастная группа	Формы работы	Основные цели и задачи
Младшие школьники (1-4 класс)	<p>факультативные занятия по программе “Час здоровья”; занимательные беседы, игры, оздоровительные минутки;</p> <p>занятия по программе эмоционального развития младших школьников “Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь”, С.В. Крюкова;</p> <p>занятия по программе снижения агрессивности младших школьников “Помоги Сереже”;</p> <p>Сказкотерапия: “Коррекционные сказки для младших школьников” Панфилова М.</p>	<p>Развитие эмоциональной сферы. Формирование навыков самопознания и эффективного общения.</p> <p>Обучение детей конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации. Снятие деструктивных элементов в поведении;</p> <p>Обучение ребят отреагированию своего гнева приемлемым способом (безопасным для себя и окружающих);</p> <p>Формирование способности осознавать свои эмоции и чувства других людей (развитие эмпатии);</p> <p>Обучение ребят регулированию своего эмоционального состояния путём релаксации (расслабления).</p> <p>Снижение уровня личностной тревожности;</p> <p>Развитие коммуникативных навыков.</p>
Среднее звено (5-7 класс)	<p>занятия по программе снижения агрессивности младших подростков; игровое моделирование реальных ситуаций;</p> <p>игра (спортивная, конкурсная, путешествие и т.п.)</p>	<p>Обучение учащихся конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций. Развитие умения слушать других людей.</p> <p>Обучение приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности.</p> <p>Обучение способам внутреннего самоконтроля.</p> <p>Формирование позитивной моральной позиции.</p>
Старшее звено 8-9 класс	<p>“Часы общения”; мероприятия тематических дней и недель;</p> <p>беседы с наркологом;</p>	<p>Обучение подростков обозначению своих личных границ и уважению границ другого человека. Обучение способам выражения чувств.</p> <p>Формирование уважительного</p>

		<p>отношения к чувствам других людей.</p> <p>Отработка навыков взаимодействия и уверенного поведения.</p> <p>Развитие ценностно-смысловой сферы.</p> <p>Повышение общей успешности учащихся.</p>
--	--	--

Формы работы с родителями

Формы работы	Основные цели и задачи
<p>Лекции и беседы на общешкольных и классных родительских собраниях, с приглашением специалистов (нарколога, соц. педагога, педагога-психолога);</p> <p>Анкетирование родителей для раннего выявления зависимостей у детей и подростков;</p> <p>консультации родителей специалистами школы (социальным педагогом, педагогом-психологом)</p>	<p>Приобретение родителями знаний и умений по созданию в семье благоприятной (не провоцирующей употребление ПАВ) атмосферы;</p> <p>формирование ответственного отношения к своим детям, основанное на оптимальной требовательности, справедливости.</p>

Формы работы с педагогами

Формы работы	Основные цели и задачи
<p>Повышение квалификации педагогов через прохождение курсов по данному направлению, семинары, круглые столы для педагогов, специалистов ОУ, включающих в свою профессиональную деятельность вопросы профилактики наркозависимости, антинаркотического образования детей и подростков;</p> <p>консультации педагогов специалистами школы (социальным педагогом, педагогом-психологом)</p>	<p>Развивать знания и умения педагогов:</p> <p>в определении детей “группы риска”, в выборе методов и форм работы с детьми “группы риска”,</p> <p>в создании в классе благоприятной психологической атмосферы,</p> <p>в формировании отношения к ученикам, основанного на уважении, на оптимальной требовательности, справедливости</p>

Оценка эффективности программы проводится путем сопоставления результатов входящей (в начале учебного года) и итоговой (по окончании учебного года) диагностики склонности к аддиктивному поведению. Для каждого звена рекомендуется отдельная анкета с учетом возрастных особенностей учащихся. Важным показателем эффективности данной программы является снижение числа детей, стоящих на внутришкольном учете.

Методы работы по реализации программы:

- групповые развивающие занятия;
- тренинги;
- дискуссии;
- беседы;
- лекции;
- ролевые игры;
- «круглые столы»;
- тестирование;
- анкетирование;
- уроки профилактической направленности;
- конкурсы.

Возможная тематика мероприятий:

1. Соревнования по массовым видам спорта:

- «Спорт против наркотиков»
- «Будущее за нами»
- «Я выбираю жизнь без наркотиков!»

2. Классные часы:

- «Школа без наркотиков»
- «Профилактика ВИЧ/СПИДА и наркомании»
- «Умей сказать нет наркотикам»
- «Пивной алкоголизм»
- «Волшебная страна здоровья»
- «Мир без табачного дыма»
- «Мир в наших руках»
- «Сладкая дорога в никуда...»
- «Курительные смеси наркотик или нет?!»
- «СПИД – чума XX века»
- «Алкоголь и здоровье»
- «В чем вред курения?» «Опасность «пассивного курения»
- «Эффективные методы отказа от курения»
- «Здоровый образ жизни – школа выживания»
- «Профилактика вредных привычек»
- «Войдем в мир здоровья»
- «Наркоманам скажем: «НЕТ!»
- «Вся правда о наркотиках»

3. Общешкольные мероприятия:

- «День без вредных привычек»
- «Молодежь против наркотиков»
- «Благодеяние».

4. Научно-исследовательские работы:

- «Психология общения»,

5. Оформление информационного стенда:

- «За здоровый образ жизни»
- «Как стать сильным и привлекательным»
- «Как стать красивой и привлекательной»

1. Коллективные творческие дела (КТД).

За проведение и организацию КТД отвечают классные руководители и заместитель директора по воспитательной работе, директор школы.

КТД в рамках смотр – конкурса развивают интеллектуальные и творческие способности детей, посредством включения их в процесс формирования активной гражданской позиции в сфере создания модели позитивной профилактики.

2.Работа психологической службы.

Ведет диагностическую и коррекционную работу с учащимися, выделяет «группу риска» среди подростков, намечает и реализует программу по профилактике детской и молодежной наркотической, алкогольной и табакозависимости.

3.Спорт и физкультура.

Работа по вовлечению детей и подростков в систематические занятия физкультурой и спортом. Формированию ЗОЖ, преодолению вредных привычек, профилактике табакокурения, алкоголизма и наркомании.

4.Связь с семьей.

Работа по формированию у учащихся осознания значимости семьи в жизни любого человека. Мероприятия этого направления способствуют созданию благоприятной атмосферы общения и преодолению критических ситуаций в семье, привлечению родителей к активному участию в формировании здорового образа жизни детей, восприятию адекватной реальности и своевременному принятию мер.

5.Взаимодействие с учреждениями системы профилактики.

Изучение проблемных детей. Проведение работы по выявлению учащихся, склонных к употреблению ПАВ, оказание педагогической и медицинской помощи подросткам, содействие в организации досуга, проведение лекций и бесед.

Утверждаю
Директор школы
Г.Н. Блюхес

**План-сетка работы по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения
и употребления психоактивных веществ среди обучающихся школы «Мой выбор»
на 2021-2022 учебный год**

Месяц класс	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	Апрель	Май
1-4	«День здоровья» Общешкольное спортивное мероприятие	«Мы и наше здоровье» КВН	«Здоровье береги с детских лет» беседа с элементами ролевой игры	«Чего и почему мы должны бояться?» лекция	«Навстречу Олимпийским играм» Ролевая игра	«Новое поколение выбирает...» беседа и тематические рисунки	«Чем заняться после школы»	«Культура ЗОЖ» урок- соревнование	«Скажем сигаретам НЕТ!» Конкурс рисунков
5	«Скажи НЕТ вредным привычкам» конкурс рисунков	«Отказать и не обидеть» работа в группах	«Рядом с тобой» викторина	«Здоровый рассудок – здоровое тело» беседа о народной мудрости	«Я – свободный человек» групповая дискуссия	«30 фактов о курении» презентация с комментариями	«Любопытство – наш порок!» ролевая игра	«За и против. Хорошо и плохо!» викторина	«Я выбираю жизнь!» диспут
6	«Режим дня. Зачем он нужен?» классный час	«Разве смысл жизни в алкоголе?» лекция	«Мы выбираем здоровый образ жизни», конкурс рисунков	«Я здоровье берегу, сам себе я помогу» викторина	«Как научиться говорить: «НЕТ»» диспут с элементами тренинга	«Безвредного табака не бывает» беседа с презентацией	«Наркотики: полет или падение?» беседа	«Три ступени, ведущие вниз» классный час	«Здоровый образ жизни» классный час
7	«В человеке все должно быть прекрасно» беседа	«Вредным привычкам скажи: «НЕТ»!» анализ конкретных ситуаций	«Размышления вслух» откровенный разговор	«Не говори: «ДА», если хочешь сказать: «НЕТ»» советы друг другу	«Незаконченное предложение» анкета	«Поверь в себя» ролевая игра	«Скоро каникулы. Как я их проведу» приглашение к разговору	Конкурс рисунков «Умей сказать НЕТ»	«Антиникотино вая» викторина
8	«Осторожно-яд!» диспут с элементами тренинга	«Береги здоровье смолоду» лекция с презентацией	«Не торопись, подумай!» викторина	«Светлое будущее» беседа-диалог	«Твой круг общения» откровенный разговор	«Формула уверенного отказа» беседа- тренинг	«Немного о вредных привычках» беседа с анкетированием	«Предупреждён – значит вооружен» лекция о последствиях	«Мы в ответе за тех, кого приучили» беседа (формирование моральных ценностей)
9	«Скажи	«Алкоголь –	«Наркотик –	«О вредных	«Выбираю свой	«О вреде пива»	«Жизнь без	«Жизнь без	«Выбор за

	наркотикам НЕТ!» инсценированный классный час	коварный враг!» беседа.	знак беды» викторина	привычках» Беседа-диалог	путь» Урок-диспут	классный час с презентацией	вредных привычек» ситуативный практикум	сигарет» сатирическая программа	тобой» диспут с элементами ролевой игры
10	«Черный дракон» психологическая игра	«Не пробовать наркотики» беседа - тренинг	«Причины приобщения несовершеннолетних к употреблению алкогольных напитков» круглый стол	«Алкоголь и его воздействие на человека» беседа	«Проблема курения: мода и здоровье» ситуативный практикум	«Уверенность в себе» беседа-тренинг	«СПИД – реальность или миф?» дискуссия	«В открытом будущем» деловая игра	«Мой выбор» психологический тренинг
11	«Это должен знать каждый» Классный час (о вреде табакокурения)	«Страдания от кибермании» Классный час	«Независимо от зависимостей» психологический тренинг	«Алкогольная трясина» диспут с элементами тренинга	«Скажи: «НЕТ» не объясняя причин» классный час с анкетированием	«Спорные утверждения» дискуссия в группах	«Мы выбираем, нас выбирают» Классный час (формирование нравственных ценностей)	«Дело было вечером, делать было нечего» ролевая игра	«Здоровое поколение» конкурс сочинений

Родительские собрания

Тема родительского собрания	класс	Сроки проведения
«Здоровье школьников в ваших руках» беседа	1-4	Ноябрь
«Родители, дети и табак» лекция	5	Октябрь
«Один дома» лекция	6	Февраль
«Осторожно, наркотики!» беседа с элементами тренинга	7	Апрель
«Семья и школа» деловая игра	8	Ноябрь
«Это полезно знать родителям подростков» лекция с презентацией	9	Март
«Наркотики в молодежной среде» Дискуссия с вопросами	10	Октябрь
«Для чего нужно пройти тест на содержание следов наркотиков» лекция врача-нарколога	11	Февраль

Полезные знания, умения, навыки, которые приобретут обучающиеся

- объективная информация о действии ПАВ на организм;
- отрицательные отношения к психоактивным веществам и последствиям их употребления;
- знания и умения необходимые для того, чтобы избежать неоправданного риска, сделать правильный выбор;
- знания и умения, чтобы противостоять давлению извне;
- у учащихся будут сформированы навыки эффективного общения, критического мышления, принятия ответственных решений и выработана адекватная самооценка;
- развитие коммуникативных способностей учащихся.
- умение противостоять жизненным трудностям и конфликтным ситуациям.

Планируемые результаты по итогам реализации программы

- Формирование единого механизма взаимодействия семьи и школы;
- Уменьшение количества детей «группы риска» среди учащихся школы;
- Активное включение детей в общественную жизнь классов и школы;
- Адекватная оценка учащимися своего поведения;
- Формирование у учащихся стремления к физическому совершенствованию, здоровому образу жизни;
- Формирование личности, не склонной к употреблению ПАВ, алкоголя, табака;
- Отказ от курения, употребления алкоголя;
- Подготовка школьников к самореализации в обществе в качестве полноценных граждан, способных оказывать позитивное влияние на социально-экономическую и общественно-политическую ситуацию в стране;
- Стабилизация, снижение темпов роста заболеваемости наркоманией, зависимости от психотропных веществ;
- Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психотропных веществ среди детей, подростков и молодежи;
- Формирование навыков здорового образа жизни и высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у подростков и молодежи;
- Развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.

Список литературы:

1. Асфандияров Р.И., Полунин И.Н., Великанова Л.П., Батыршина И.Ф. «Это полезно знать родителям подростков», Астрахань – 2005
2. Великанова Л.П., Каверина О.В. Пособие «Как предупредить наркоманию у детей и подростков», Астрахань-2003
3. Великанова Л.П., Каверина О.В. Пособие «Что такое созависимость и как ее избежать», Астрахань-2003
4. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М., 2005.
5. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Программа профилактики курения в школе. М., 2005.
6. Л.П. Великанова, О.Г. Климчук, Н.Н. Касаткин, О.В. Каверина, А.Г. Феоктистов. Осторожно, наркотики! (Учебно-методическое пособие) Астрахань 2011 - 36 с.
7. Макеева А.Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образовательному учреждению: “Профилактика злоупотребления психоактивными веществами”. – М.: Просвещение, 2003.
8. Макеева А.Г. Не допустить беды: Помогая другим, помогаю себе: Пособие для работы с учащимися 7 -8 кл.: В помощь образовательному учреждению: “Профилактика злоупотребления психоактивными веществами”. – М.: Просвещение, 2003.
9. Методические рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов по проведению тренинга по профилактике наркомании среди обучающихся 5-9 классов: методические рекомендации. /авт.-сост. С.А. Подосинников – Астрахань: Издательство ГАОУ АО ДПО «Институт развития образования», 2017. – 34 с.
10. Подосинников С.А. «Работа с родителями обучающихся по профилактике наркомании в целях предупреждения ее распространения в образовательных организациях»
11. Работа с родителями обучающихся по профилактике наркомании в целях предупреждения ее распространения в образовательных организациях.: методические рекомендации. / авт.-сост. С.А. Подосинников – Астрахань: Издательство ГАОУ АО ДПО «Институт развития образования», 2017. – 39 с.
12. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., 2003.
13. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. М., 2006.

14. Шарапановская Е.В. Социально-психологическая дезадаптация детей и подростков. М., 2005.