

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа села Конево»

Рассмотрено
Педагогический Совет
Протокол № 4 от 26.06.24.

Утверждено
Директор МБОУ СОШ с.Конево
Каракина Н.В.
Приказ № 43 от 26.06 2024 г.



**Программа профилактики ПАВ (табакокурение,
алкоголизм, наркомания) «Линия жизни»
МБОУ СОШ с.Конево на 2024-2026 учебные годы**

2024 г.

Программа профилактики ПАВ (табакокурение, алкоголизм, наркомания) «Линия жизни»

Цели данной программы:

- предупреждение употребления психоактивных веществ детьми и подростками;
- обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

Задачи:

- предоставить детям и подросткам объективную научную информацию о психоактивных веществах;
- способствовать формированию положительного «образа — Я»;
- развивать навыки самоуважения;
- научить навыкам анализа чувств и преодоления стресса;
- привить навыки эффективного общения;
- способствовать осознанию детьми и подростками своих ценностей;
- сформировать навык принятия обоснованных решений;
- сформировать навыки постановки и достижения цели;
- сформировать навыки сопротивления социальному давлению.

Концепция программы

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. Каждую составную часть необходимо рассматривать в контексте понятия «здоровье в целом».

В целом важен каждый из аспектов здоровья, каждый влияет на все остальные. Каждый аспект освещается в данной учебной программе с целью довести до подростков принципы здорового образа жизни. Здоровье — это состояние полного физического, умственного, социального, личностного, духовного, эмоционального и интеллектуального благополучия человека, а не только отсутствие заболевания или немощи.

Название программы «Линия жизни» отражает ее основную идею — формирование гармонично развитой, жизненно компетентной и здоровой личности. Программа сопровождает процесс становления и развития личности учащегося.

«Полезные привычки»

Цель: предупредить употребление табака и алкоголя.

Задачи:

- дать учащимся знания о табаке и алкоголе; — способствовать формированию отрицательного отношения к употреблению табака и алкоголя;
- способствовать формированию навыков ответственного поведения.

«Полезные навыки»

Цель: предупредить употребление наркотиков подростками, предупредить ВИЧ-инфекцию у учащихся.

Задачи:

- дать учащимся необходимые по возрасту знания о наркотиках и ВИЧ;
- способствовать формированию отрицательного отношения к употреблению наркотиков;
- способствовать формированию навыков ответственного поведения.

Каждая ступень программы включает в себя четыре основных раздела: информирование, положительный «образ — Я», эффективное общение, принятие решения.

Цели первичной профилактики наркозависимости:

1. Предотвращение употребления подростками ПАВ.
2. Формирование у подростков здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование позитивного отношения подростков к себе;
- формирование ответственности за свое поведение;
- формирование у подростков негативного отношения к наркотикам и их употреблению.

Большую негативную роль в формировании наркозависимости у подростков играют психологические факторы риска – неадекватная самооценка, неспособность идентифицировать или выразить чувства, низкая стрессоустойчивость, высокая подверженность влиянию групповых норм, повышенная тревожность, импульсивность и т.д. В связи с этим, при проведении мероприятий по профилактике наркозависимости акцент необходимо делать на психологическую работу с подростками. Это – специфическая и неспецифическая диагностика, тренинги, дискуссии.

Известно, что референтная группа для подростков – сверстники. Зачастую, подростки негативно воспринимают поступающую от взрослых информацию, действуя по принципу: «Выслушай взрослого и сделай наоборот». В этом возрасте целесообразно действовать через волонтеров из среды самих подростков.

Критерии отслеживания эффективности предложенной программы

1. Уровень и степень добровольной вовлеченности родителей, детей и других людей в мероприятия.
2. Изменение отношения к возможному приему ПАВ.
3. Уровень конфликтности в подростковой среде.
4. Оптимизация внутрисемейных отношений.

Способы отслеживания эффективности предложенной программы

Предлагается два способа отслеживания эффективности

1. Отслеживание эффективности всей программы в целом.

Критерии:

- появление у подростков устойчивых интересов;
 - повышение успеваемости;
 - изменение количества подростков, стоящих на учете;
 - изменение количества детей, состоящих в «группе риска»;
 - изменение причин, по которым дети попадают в «группу риска».
2. Формы отслеживания: анкетирование, тестирование, опросы экспертов, сочинения, наблюдение, социометрия.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков.
2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от психоактивных веществ.
3. Повышение уровня развития умений и навыков:
 - а) уверенного позитивного поведения;
 - б) конструктивного общения между собой и с взрослыми;
 - в) отстаивания и защиты своей точки зрения;
 - г) осознанного и уверенного умения сказать курению «Нет».
4. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

Учащиеся должны знать:

- болезни, связанные с применением ПАВ;
- причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании);
- вредное влияние ПАВ на организм человека.

Учащиеся должны уметь:

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

Учащиеся должны приобрести навык:

- работы в коллективе;

- высказывания своих мыслей;
- изучения научной литературы.

Программа реализуется для обучающихся 6-9 классов.

Основные мероприятия по реализации программы

№ п/п	Номер занятия	Наименование мероприятие	Форма проведения	Сроки проведения	Ответственный
1	1 занятие	Анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к наркомании	Анкетирование	Сентябрь-октябрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
2	2 занятие	Биологические факторы риска Мотивы потребления наркотиков. Социальные факторы риска. Возрастные поведенческие реакции подростков как фактор риска. Психологические факторы риска. Стресс как фактор риска. Социально – психологические факторы, препятствующие формированию наркозависимости. Личностные факторы, препятствующие формированию наркозависимости.	Практическое занятие	сентябрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
3	3 занятие	Тренинг № 1 « Курение-дело серьезное!».	Тренинг	октябрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
4	4 занятие	Тренинг № 2 « Как влияет курение на молодой организм».	Тренинг	октябрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
5	5 занятие	Тренинг № 3 « Скажи « нет!» ПАВ!».	Тренинг	ноябрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
6	6 занятие	Тест «АССОЦИАЦИИ» Участники игры записывают	Тестирование	ноябрь	педагог-психолог, социальный педагог,

		пришедшие в голову слова-ассоциации на заданную тему.			классные руководители
7	7 занятие	Тест «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ...»	Тестирование	декабрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
8	8 занятие	Тест «СИГАРЕТА»	Тестирование	декабрь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
9	9 занятие	Тренинг для родителей « Мы в ответе за тех, кого воспитали».	Тренинг	январь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
10	10 занятие	«Социологический опрос»	Опрос	январь	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
11	11 занятие	Информационный час:«Всемирный день без табака.»	Лекция	февраль	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
12	12 занятие	Советы, как бросить курить.	Лекция	февраль	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
13	13 занятие	Мини – лекция о вреде алкоголизма и наркотической зависимости	Лекция	Март	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
14	14 занятие	Тренинг: «Молодежь против наркотиков»	Тренинг	Март	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
15	15 занятие	Тренинг «Умей противостоять зависимостям»	Тренинг	апрель	педагог-психолог, социальный педагог,

					классные руководители
16	16 занятие	Тренинг «Пути достижения жизненных целей»	Тренинг	апрель	педагог- психолог, социальный педагог, классные руководители
17	17 занятие	Классный час: «Профилактика алкоголизма в подростковой среде».	Классный час	Май	педагог- психолог, социальный педагог, классные руководители
18	18 занятие	Классный час: «Заблуждение о безвредности пива»	Классный час	Май	педагог- психолог, социальный педагог, классные руководители
19	19 занятие	Информационный час «Пиво - молодежный напиток?»	Классный час	Май	педагог- психолог, социальный педагог, классные руководители
20	20 занятие	Анкетирование по завершении программы	Анкетирование	Май	педагог- психолог, социальный педагог, классные руководители

Занятие № 1

Анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к наркомании. Предложенная анкета не является «тестом», в ней нет «хороших» и «плохих» ответов. Важно, чтобы Вы выразили свое личное мнение. Вам предлагается ряд вопросов. Тот ответ, который Вы считаете наиболее приемлемым для себя, нужно подчеркнуть. Заранее благодарим вас за участие.

АНКЕТА

1. Что такое, на Ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?
 - а) не пить, б) не курить, в) заниматься спортом,
 - г) не употреблять наркотики, д) полноценно питаться
 2. Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?
 - а) да, частично, в) эта проблема меня пока не волнует, г) нет;
 3. Есть ли среди Ваших знакомых люди, употребляющие наркотические вещества?
 - а) да, б) нет;
 4. Если бы вы узнали, что Ваш друг (подруга) употребляет наркотики Вы:
 - а) немедленно прекратили с ним (с ней) отношения,
 - б) продолжали бы дружить, не обращая внимания;
 - в) постарались бы помочь излечиться;
 - г) попросили бы дать попробовать.
 5. Пробовали ли Вы наркотики? Какие?
-

6. Хотели бы Вы попробовать наркотическое вещество? Какое?

7. Наркотик стоит попробовать:

- а) чтобы придать себе смелость и уверенность;
- б) чтобы легче общаться с другими людьми;
- в) чтобы испытать чувство эйфории;
- г) из любопытства;
- д) чтобы не быть «мокрой курицей» в компании друзей;
- е) чтобы показать свою независимость родителям и учителям;
- ж) не стоит пробовать в любом случае.

8. Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения:

- а) да, б) нет

9. Наркотик делает человека свободным:

- а) да, б) нет;

10. Наркотик избавляет от обыденности жизни:

- а) да, б) нет;

11. Наркотики дают ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия:

- а) да, б) нет;

12. Наркотики бывают «легкими» и «тяжелыми»?

- а) да, б) нет;

13. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет?

- а) да, б) нет;

14. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться:

- а) да, б) нет; в) если есть сила воли, то да.

15. Наркоманами становятся только слабые и безвольные:

- а) да, б) нет.

16. Если бросать, то лучше бросать:

- а) постепенно, б) сразу, в) бросить невозможно.

17. В наше время существуют эффективные методы лечения наркомании, которые позволяют человеку снова вернуться к нормальной жизни, стать полноценным членом общества:

- а) да, б) нет.

Сообщите, пожалуйста, некоторые данные о себе:

Класс _____

Пол ж, м _____

Ваш возраст _____

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!

Анализ результатов:

1. Подростки, ответившие положительно на вопрос 5, вероятнее всего имеют опыт употребления наркотических веществ.
2. Для подростков, выбравших вариант г вопроса 4 и вариант а, б, в, г вопроса 6 характерно позитивное отношение к употреблению наркотиков.
3. Подростки, ответившие отрицательно на вопрос 6 и вариант ж вопроса 7 имеют четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков, положительные ответы на вопросы 9-17 свидетельствуют о недостаточной информированности подростков по проблеме наркомании. Об этом также говорит и крайне негативная позиция в отношении людей, страдающих наркотической зависимостью (выбор варианта а вопроса 4) недооценка масштабов наркомании, низкая значимость здоровья (выбор варианта г, д вопроса 2) и отсутствие комплексного подхода к вопросам здоровья и здорового образа жизни в целом.

Мониторинг отношения учащихся к табакокурению.

Анкетирование при входе в программу.

1. Что тебе известно о табаке?
2. Среди твоих знакомых есть курильщики?

3. Можешь ли ты по внешним признакам определить курильщика?
4. Почему люди начинают курить?
5. Что такое пассивное курение?