

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №18
имени Виталия Яковлевича Алексеева г. Сургут

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по
внеклассной внешкольной
воспитательной работе

 Э.Р. Фирсова

«01» 09 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №18
имени В.Я. Алексеева

 Е.В. Калганова

«01» 09 2023 г.



Программа
по профилактике алкоголизма, токсикомании, наркомании и
табакокурения употребления ПАВ среди обучающихся
на 2023-2024 учебный год

Возраст обучающихся: 13-18 лет

Классы: 7 - 11

Педагоги, реализующие программу:
А.С. Генералова, социальный педагог
К.Ю. Герк, педагог-психолог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современное общество вступило в эпоху изменений, и это касается не только повсеместной цифровизации, информатизации и глобализации нашей жизни, но и выражается в изменении самого взгляда на жизнь. Сегодня в развитом мире набирает обороты культура здорового образа жизни, здорового и красивого тела, активной и осознанной жизненной позиции, личностного и духовного развития. Однако, на фоне этого черным и темным пятном выделяется одна из насущных проблем – проблема употребления психоактивных веществ (ПАВ). Общество понимает, что распространенность наркоманий и его тяжелые медико-социальные последствия, рост преступных наркогруппировок представляют опасность для государства. Поэтому наркомания – это не личное дело каждого.

В результате наркотизации у потребителей психоактивных веществ возникают серьезные проблемы со здоровьем, они и легко заболевают тяжелейшими инфекционными заболеваниями (гепатиты, ВИЧ-инфекция и СПИД, венерические болезни) и столь же легко их распространяют. Потребители наркотиков или больные наркоманией втягиваются в криминальную деятельность. Находясь в состоянии наркотического опьянения, особенно, если управляют транспортом или имеют доступ к оружию, они представляют опасность для окружающих, лишая их жизни или нанося тяжелые увечья. Практически невозможно сочетать учебу или работу с употреблением наркотиков. Ко всему прочему, наркоманы разрушают и деформируют семьи, они не могут выполнять свой долг перед обществом и защищать интересы государства. Тем самым, они становятся обузой для семьи и общества. Потенциально наркоман всегда опасен. Лица, злоупотребляющие наркотиками, должны знать, что им придется смириться с отступлениями от “правила неприкосновенности”, т.к. в конечном счете, речь идет о том, что закон, мораль, общечеловеческие ценности имеют приоритет и должны господствовать в демократическом обществе.

В связи с этим, раннее выявление лиц, начавших употреблять наркотики или больных наркоманией, имеет первостепенное государственное, семейное и личное значение. Ранняя профилактика злоупотребления ПАВ является важнейшим структурным элементом борьбы с распространением наркоманий и токсикоманий в рамках комплексной первичной профилактики.

Цели программы:

- Предупреждение употребления ПАВ подростками.
- Укрепление личностной способности выдерживать и преодолевать кризисы.
- Укрепление осознанного отношения к ценности здоровья.

Задачи программы:

1. Развитие социальной и личностной компетенции:
 - способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;

- повысить самооценку у ребят;
- сформировать установку «ведение ЗОЖ».

2. Выработка навыков самозащиты:

- информирование ребят, педагогов и законных представителей обучающихся об психоэмоциональных, физиологических, соматических и социальных последствиях потребления ПАВ.

3. Предупреждение возникновения проблем общения и взаимоотношений:

- обучить детей методам решения жизненных трудностей и конфликтных ситуаций, навыкам эффективного общения, преодолению стресса и снятия тревожности без применения ПАВ.

Программа рассчитана на 12 часов, занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

Целевая группа: обучающиеся 7-11 классов (13-18 лет).

Программа состоит:

- 1 часть – «Введение» (1 час)
- 2 часть – Основная часть (10 часов)
- 3 часть – Итоговое занятие (1 час)

Содержание занятий

№ занятия, название, цель занятия	Методы и приемы	Радикалы для психологического наблюдения	Критерии эффективности	Дата
1. Введение Знакомство Цель: первичный психологический контакт, снятие напряжения	- «Знакомство» - «Имя превратилось»	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции	1. Интерес (возник или нет друг к другу, к занятию) 2. Положительный эмоциональный фон.	10.11.2023
2. Тренинг «Как противостоять давлению среды» Цель: прояснение вместе с подростками существующей проблемы	- «Переинтерпретация» - беседа (конкретные примеры) - «Дыхание» - рисование своего страха и других эмоций	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции	1. Интерес 2. Максимальная включенность в процесс занятия 3. Положительный эмоциональный фон	17.11.2023
3. Тренинговое занятие «Пути достижения жизненных целей» Цель: научиться ставить свои независимые цели	- «Моя цель» - «Штанга» - «Сосулька» - рисунок на свободную тему	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции	1. Интерес 2. Положительный эмоциональный фон 3. Естественное поведение детей 4. Максимальная включенность в процесс занятия.	24.11.2023
4. Тренинговое занятие «Как справиться с тревожностью» Цель: научить детей	- «Корабль и ветер» - «Шалтай-болтай» - «Винт»	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Специфические	1. Интерес 2. Положительный эмоциональный фон	01.12.2023

расслабляться, снимать напряжение.		реакции по преодолению тревожности	3. Естественное поведение детей 4. Вовлеченность в процесс занятия	
5. Тренинг «Скажи «нет!» - научить снимать напряжение	- «Дыхание» - Познакомить с различными способами уверенного отказа	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Специфические реакции по преодолению тревожности	1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Включенность в процесс работы 4. Желание группового взаимодействия 5. Проявление инициативы	08.12.2023
6. Лекция «ЗОЖ» Цели: - Повысить ценность здоровья. - Приобщение к ЗОЖ	- Прослушивание материала - Дискуссия	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Интеллектуальная проработка самооценки	1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Включенность в процесс работы 4. Желание группового взаимодействия 5. Проявление инициативы 6. Естественное поведение	15.12.2023

			детей	
7. «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ...» Цели: - Повысить ценность здоровья. - Повышение самооценки	- «Приятные воспоминания» - «Неоконченны е предложения» - «Комплименты» - Дискуссия «Самое-самое»	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Интеллектуальная проработка самооценки	1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Включенность в процесс работы 4. Желание группового взаимодействия 5. Проявление инициативы 6. Естественное поведение детей	22.12.2023
8. «Я личность!» Цели: - Осознание своей индивидуальности - дать понятие о самооценности человеческого «Я» - Повышение самооценки	- «Я дарю тебе...» - «Моя вселенная» - «Воздушный шарик»	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Интеллектуальная проработка самооценки	1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Включенность в процесс работы 4. Желание группового взаимодействия 5. Проявление инициативы	12.01.2024
9. Репетиция - 1. Цель: обучение приемам для решения трудных ситуаций	- «Доведение до абсурда» - «Репетиция» - «Водопад»	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции	1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон	19.01.2024

			<p>й фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p>	
<p>10. Репетиция - 2.</p> <p>Цель: обучение приемам для решения трудных ситуаций</p>	<p>- «Слепой танец»</p> <p>- «мысленная тренировка»</p> <p>- «Репетиция»</p> <p>- «Дыхание»</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2. Эмоциональные реакции</p> <p>3. Интеллектуальная проработка</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный Эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p>	26.01.2024
<p>11. Закрепление</p> <p>Цель: закрепить навыки и связать их с реальной жизнью</p>	<p>- «Воздушный шарик»</p> <p>- «Штанга»</p> <p>- «комплименты»</p> <p>- «Я дарю тебе...»</p> <p>- «Репетиция»</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2. Эмоциональные реакции</p> <p>3. Интеллектуальная проработка</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p>	02.02.2024

			6.Естественное поведение детей.	
12.Заключение. Итоги. Цель: обобщение полученного опыта.	-«беседа» - «релаксация» (рисунок я счастлив)	1. Проявление активности на занятии 2.Эмоциональные реакции	1.Интерес (к занятию и друг другу) 2.Положительный эмоциональный фон 3.Включенность в процесс работы 4.Желание группового взаимодействия 5.Проявление инициативы 6.Естественное поведение детей	09.02.2024

Оценочный блок.

Цель - оценка эффективности проведенной профилактической работы.

Методы - используются методы диагностического блока, прослеживаются изменения по всем параметрам: изменения по тестовым данным, по отзывам родителей и учителей;

- оценка участников коррекционного процесса;

Ожидаемые результаты

- Осознания важности здорового образа жизни.
- Способствовать формированию потребности в здоровом образе жизни. Способствовать формированию положительного «образа — Я».
- Сформировать навык принятия обоснованных решений.
- Сформировать навыки сопротивления социальному давлению.
- Повышения уровня самооценки.
- Овладение навыками расслабления, снятия напряжения.

Используемая литература

1. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., Интерпракс, 1994.
2. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., Генезис, 2003.
3. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., Речь, 2003.
4. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения. СПб., Служба доверия, 1994.
5. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. М., Просвещение, 1991.
6. Мастеров Б.М. Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. М., Интерпракс, 1994.
7. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. М., Генезис, 2001.
8. Леви В.А. Искусство быть собой. М., Знание, 1991.