

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Новосидоровская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО  
на Совете школы  
протокол №1  
от «25»августа 2015г.

Принято  
на Педагогическом совете МКОУ  
«Новосидоровская СОШ»  
Протокол № 1  
от « 27 » августа 2015 г.

«Утверждаю»

Директор  
МКОУ «Новосидоровская СОШ»  
С.В.Шигуров

Приказ № 63  
от «27»августа 2015 г.



**ПРОГРАММА**  
**воспитания и социализации обучающихся**  
**(программа мероприятий по профилактике ПАВ**  
**(табакокурение, алкоголизм, наркомания) «Линия жизни»)**  
**2015-2021гг**

с. Новая Сидоровка

# 1. Паспорт программы

<b>Наименование программы</b>	«Профилактика по профилактике употребления психоактивных веществ (ПАВ)».
<b>Дата утверждения программы</b>	Решение педагогического совета МКОУ «Новосидоровская СОШ» протокол №1 от 27 августа 2015г.
<b>Разработчики программы</b>	заместитель директора по воспитательной работе первой квалификационной категории;
<b>Назначение программы</b>	Способствовать развитию ценностного отношения детей и молодёжи к наркотическим веществам; формировать личную ответственность за своё поведение, антинаркотические установки, пропагандируя здоровый образ жизни и профилактическую работу.
<b>Основание для разработки программы</b>	Постановление Правительства Российской Федерации, Решение Совета безопасности, Федеральная программа «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 1999 – 2001 годы», на 2002 -2004 годы и в проекте на 2005 – 2009 гг.; Приказ Минобразования России от 23.09.99 г. № 718 «О мерах по предупреждению злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних и молодежи в 1999 - 2000 гг.» План мероприятий по реализации Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года
<b>Цель</b>	Создание системы информационно - пропагандической работы с родителями, детьми и подростками по формированию необходимых жизненных навыков и здорового образа жизни.
<b>Задачи программы</b>	Задачи первичной профилактики употребления ПАВ: 1. Развитие социальной и личностной компетентности: <ul style="list-style-type: none"> <li>– способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;</li> <li>– формировать у детей и подростков психосоциальные и психогигиенические навыки принятия решений, критического мышления;</li> <li>– повысить самооценку детей;</li> <li>– сформировать установку «ведение здорового образа жизни».</li> </ul> 2. Выработка навыков самозащиты: <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование навыков сопротивления негативному влиянию сверстников, рекламы, поступающей через каналы СМИ;</li> <li>– информирование о психоэмоциональных, физиологических, соматических и социальных последствиях потребления ПАВ.</li> </ul> 3. Предупреждение возникновения проблем общения и взаимоотношений: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Обучить детей методам решения жизненных проблем и конфликтных ситуаций, навыкам эффективного общения, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ;</li> <li>– Сформировать навыки регуляции эмоций.</li> </ul>
<b>Сроки реализации программы</b>	2015-2020 гг.
<b>Ожидаемые конечные результаты реализации</b>	1. Повышение образовательного уровня родителей и детей по вопросам здорового образа жизни. 2. Информационное и методическое взаимодействие всех участников

<p><b><i>программы, их социальная эффективность</i></b></p>	<p>образовательного процесса, направленное на предотвращение распространения наркомании, алкоголизма, токсикомании; пропаганду здорового образа жизни.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Формирование банка данных о семьях и детях, находящихся в трудной жизненной ситуации.</li> <li>4. Повышение уровня информированности школьников о формах рискованного поведения, здоровьесберегающей позиции и поведения.</li> <li>5. Возрождение традиций семейного воспитания, утверждение здорового образа жизни.</li> <li>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).</li> <li>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.</li> </ol>
<p><b><i>Участники реализации программы</i></b></p>	<p>Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагоги школы, фельдшер, педагоги дополнительного образования; социальный педагог, психолог, инспектор ОДН; родители.</p>
<p><b><i>Управление, контроль</i></b></p>	<p>Мониторинг школы</p>
<p><b><i>Формы и методы реализации программы</i></b></p>	<p>Групповые и индивидуальные занятия, беседы, мозговые штурмы, тематические мероприятия.</p>

## Пояснительная записка

Можно констатировать тот факт, что все предпринимаемые попытки остановить рост детского алкоголизма, курения, наркомании до сих пор не увенчались успехом. Одна из наиболее существенных причин – крайнее упрощенное представление о профилактике. Традиционно усилия специалистов – медиков, юристов, политиков сосредоточены на воздействии внешних (по отношению к человеку) запретов, которые плохо защищают подростка.

Опыт доказывает, что в детско-подростковой среде необходимо сделать акцент на формирование личностного иммунитета к соблазну употребления ПАВ, предупредить возникновение желания к их употреблению. Данное положение дел требует комплексной первичной профилактики употребления ПАВ, т.к. отсутствие целостной научно обоснованной системы профилактики аддиктивного поведения, в первую очередь среди учащихся, не позволяет оказывать адекватное противодействие этим негативным явлениям.

Первичная профилактика потребления ПАВ должна быть направлена на предотвращение аддиктивного поведения подростков – потенциальных и реальных потребителей алкоголя, наркотических и токсических веществ.

Объектом превентивной работы должны являться дети всех возрастов, начиная с младшего школьного возраста.

Родители, педагоги, медицинские работники и общественность должны стать наиболее активными субъектами профилактики отклоняющегося поведения и употребления ПАВ подростками.

Многие родители, даже ответственно относящиеся к выполнению своих родительских обязанностей, не обладают достаточными знаниями о критериях здоровья, о причинах, признаках и последствиях употребления ПАВ, о способах своевременного выявления и предупреждения различных форм отклоняющегося поведения. С другой стороны, в образовательных учреждениях отмечается дефицит педагогических и медицинских кадров, способных квалифицированно организовать работу по профилактике употребления ПАВ среди обучающихся, а также их родителей.

Сложившееся положение обуславливает необходимость реализации дополнительных мер направленных на повышение уровня осведомленности родителей, педагогических работников и детей о ПАВах и мерах противодействия ее распространению, а также степени их участия в организации профилактической работы с детьми и молодежью.

Успешная профилактика ПАВ связывается исследователями с наличием положительных социально-психологических навыков. Эти навыки обеспечивают умение отказываться от рискованных предложений, видеть положительные и отрицательные стороны явлений, взаимодействовать со сверстниками, дружить, выразить правильно свои чувства.

Дети подражают поведению друг друга. Некоторые авторы считают, что наибольшее влияние на установки и поведение детей оказывают сверстники. Это влияние может быть позитивным и негативным, особенно в употреблении алкоголя и курении. Одна из задач программы – помочь детям и подросткам в построении позитивных взаимоотношений со сверстниками, обучение умения выбирать друзей.

Многочисленные исследования дают основание полагать, что одной информации для изменения поведения недостаточно. Дети и подростки должны приобрести оптимум знаний для того, чтобы самостоятельно критически мыслить и правильно строить поведение.

## I. Цели и задачи программы

Целью первичной профилактики является создание системы информационно - пропагандической работы с родителями, детьми и подростками по формированию необходимых жизненных навыков и здорового образа жизни.

Задачи первичной профилактики употребления ПАВ:

1. Развитие социальной и личностной компетентности:
  - способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;
  - формировать у детей и подростков психосоциальные и психогигиенические навыки принятия решений, критического мышления;
  - повысить самооценку детей;
  - сформировать установку «ведение здорового образа жизни».
2. Выработка навыков самозащиты:
  - формирование навыков сопротивления негативному влиянию сверстников, рекламы, поступающей через каналы СМИ;
  - информирование о психоэмоциональных, физиологических, соматических и социальных последствиях потребления ПАВ.
3. Предупреждение возникновения проблем общения и взаимоотношений:
  - Обучить детей методам решения жизненных проблем и конфликтных ситуаций, навыкам эффективного общения, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ;
  - Сформировать навыки регуляции эмоций.

## II. Основные направления работы.

1. Информирование и просвещение учеников, их родителей и других значимых лиц.
2. Освоение знаний по проблеме профилактики ПАВ, интерактивных форм работы с участниками программы.
3. Проведение творческих мероприятий по профилактике ПАВ.
4. Формирование актива среди учеников, педагогов и родителей по пропаганде здорового образа жизни.

## III. Содержание программы.

Первичная профилактическая работа состоит из двух блоков.

**Информационно-просветительский блок** проводится в образовательном учреждении и включает в себя работу с детьми и подростками и их родителями или другими значимыми лицами. Работа проводится в рамках учебной деятельности, при условии внесения изменения содержания изучаемых предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии, классных часов, на родительских собраниях, а так же в рамках специальных образовательных программ. Возможно, в рамках развития социального партнерства привлечение медицинских работников, работников правоохранительных органов и др. заинтересованных людей. Распространение информационно-демонстрационного материала пропагандистского характера.

**Практический блок** включает в себя несколько этапов: Диагностический. Проведения мониторинг в школе. Основные методы работы на данном этапе: тестирование, анкетирование, интервью. Цель данного этапа – информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление детей группы риска.

Проведение мероприятий, в которых поощряется любое творческое самовыражение детей, подростков, педагогов и родителей:

- тренинги, практические семинары,
- родительские собрания и конференции,
- диспуты и дискуссии,
- игровые занятия,

- деловые и ролевые игры,
- спортивные соревнования,
- праздники здоровья,
- выпуск информационных листовок и газет о здоровом образе жизни, плакатов, мини – книжек, открыток,
- проведение конференций и круглых столов, посвященных проблеме здорового образа жизни,
- создание научно-исследовательских и социальных проектов,
- проведение КВН,
- создание лучшего рекламного ролика, сатирического журнала,
- выставки творческого самовыражения: стихи, сочинения, рисунки, поделки,
- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий,
- Выступление агитбригад;
- индивидуальные консультации среди детей и подростков, педагогов и родителей.

#### **IV. Сотрудничество.**

Дети подвергаются множеству влияний со стороны общества, и не все эти влияния позитивны. Для того чтобы программа была эффективной, общество должно принимать и поддерживать их. Программа строится с таким расчетом, чтобы объединить семью, школу, общество в целом едином стремлении передать детям и подросткам навыки эффективных коммуникаций там, где они живут, учатся, работают.

Любое отдельно взятое учреждение не в состоянии обеспечить полноценную профилактику употребления алкоголя, ПАВ и курения. Поэтому для проведения программы существенны объединенные усилия и привлечение в образовательное учреждение, специалистов в области профилактики, органов внутренних дел и здравоохранения, представителей общественных организаций.

Залогом успеха профилактической программы является участие родителей в ее осуществлении. Привлечение родителей к реализации программы осуществляется разными способами. Предоставление специальной психолого-педагогической литературы, организация семинаров и круглых столов, участие родителей в общественной жизни школы.

#### **V. Предполагаемые результаты.**

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, токсикомании; 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, здоровьесберегающей 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.

Программа представляет собой синтез пяти современных *подходов* к профилактике употребления ПАВ:

1. Подход, основанный на эмоциональном обучении. Повышение самооценки, развитие навыков принятия решений, формирование способностей справляться со стрессом.
2. Подход, основанный на формировании навыков личностного поведения и межличностного общения.
3. Подход, основанный на роли социальных факторов. Формирование навыков устойчивости к социальному давлению, негативному воздействию средств массовой информации.
4. Подход, основанный на альтернативной наркотикам деятельности. Развитие целесообразной позитивной активности.
5. Подход, основанный на распространении информации о факторах влияния ПАВ на организм, поведение молодого человека.

<b>Наименование разделов и тем:</b>
<b>Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций у детей и подростков</b>
1. Общение.
2. Оказание помощи детям и подросткам в преодолении деструктивного поведения, в овладении умениями конструктивного сопротивления в употреблении ПАВ
<b>Раздел 2. Оказание психологической поддержки подростку</b>
1. Психологическая поддержка как фактор первичной профилактики употребления ПАВ.
2. Знание возрастных, физиологических, индивидуально- психологических особенностей подростка как основа эффективного воспитания здоровых привычек и социально важных привычек.
3. Формирование образа “ Я” у подростков.
4. Воспитание навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками.
5. Приемы и методы организации помощи подросткам в преодолении кризисных ситуаций.
<b>Раздел 3. Помощь детям и подросткам в успешной ориентации во внешнем мире</b>
1. Оказание в приобретении подростком навыков самоконтроля и саморегуляции.
2. Развитие навыков личной безопасности подростка.
3. Формирование умения у подростков противостоять негативному влиянию сверстников, взрослых.

## Содержание программы

### **Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций у подростков.**

**Цель:** формирование личностных ресурсов у детей и подростков социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема употребления психоактивных веществ (ПАВ).

#### **Тема 1. Общение. Внутренние ресурсы личности.**

Понятия общения. Виды и стили общения. Формирование личностных установок детей. Конструктивное общение.

**Практическая работа:** Ролевые игры, направленные на отработку конструктивных приемов в ситуациях манипуляции, коммуникативной агрессии.

#### **Тема 2. Оказание помощи подросткам в преодолении деструктивного поведения, в овладении умениями конструктивного сопротивления в употреблении ПАВ.**

Саморазрушающее поведение детей и подростков. Методы и приемы оказания помощи детям в преодолении аддиктивного поведения.

**Практическая работа:** Ролевые игры, направленные на приобретение навыков сдерживания вовлечения подростков в прием наркотических средств за счет выстраивания конструктивных отношений со сверстниками. Групповое обсуждение и выработка рекомендаций по предупреждению употребления ПАВ детьми и подростками, обучению навыкам конструктивного сопротивления вовлечению в употребление ПАВ.

### **Раздел 2. Оказание психологической поддержки подростку с учетом его индивидуальности.**

**Цель:** развитие у подростков представлений о позитивном поведении при решении проблемных ситуаций.

#### **Тема 1. Психологическая поддержка как фактор первичной профилактики употребления ПАВ.**

Психологическая поддержка. Принципы и способы оказания поддержки; сосредоточение на достоинствах ребенка; работа по повышению его самооценки, помощь в приобретении веры в себя и в свои способности, помощь в формировании позитивного “Я” подростка. Формирование устойчивых доверительных отношений в семье – залог личностной успешности всех ее членов.

**Практическая работа:** Психологическая игра по проигрыванию ситуаций, в которых уместно применить навыки психологической поддержки детям и подросткам (ребенок или подросток испытывает чувства вины, обиды, страха, неуверенности, находится в конфликте с окружающими).

#### **Тема 2. Знание возрастных, физиологических, индивидуально – психологических особенностей подростков как основы эффективного воспитания здоровых привычек и социально важных навыков.**

Психофизиологические особенности детей и подростков. Сензитивные возрастные периоды и кризисы в развитии детей и подростков. Понятие темперамента; его типы и свойства, особенности проявления темперамента, учет типа нервной системы ребенка в организации взаимодействия с окружающими.

**Практическая работа:** Самодиагностика подростков по выявлению типа темперамента, определение индивидуальных особенностей членов семьи.

#### **Тема 3. Воспитание навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками.**

Основные закономерности процесса общения и его структура. Знакомство с манипулятивными способами общения. Защиты от манипуляций. Конфликты и умение их разрешать. Непопулярность и социальная отверженность детей как возможные причины формирования отклоняющегося поведения. Помощь подросткам в налаживании межличностных контактов во взаимодействии со сверстниками. Роль родителей в формировании среды, развивающей у детей и подростков черты активной, ответственной личности, способной позаботиться о себе и других.

**Практическая часть:** Упражнения для подростков на отработку разных приемов обучения конструктивным навыкам общения. Способы самопомощи (способы распознавания своих потребностей, способы удовлетворения своих потребностей).

#### **Тема 4. Приемы и методы организации помощи подросткам в преодолении кризисных ситуаций.**

Понятие о кризисных ситуациях в жизни детей. Условия воспитания психически здорового, личностно развитого человека, способного справляться с собственными проблемами и



жизненными трудностями. Способы поведения. Стратегии помощи детям в преодолении кризисных ситуаций. Роль стресса в жизни: мобилизация, дезорганизация

**Практическая работа:** Упражнения, направленные на обучение способам снятия психоэмоционального напряжения. Групповое обсуждение темы: “Как найти выход из безвыходной ситуации?”, обсуждение примеров, связанных с острыми переживаниями участников.

### **Раздел 3. Помощь подросткам в успешной ориентации во внешнем мире.**

**Цель раздела:** оказание помощи подросткам в формировании способности противостоять неблагоприятным воздействиям окружения, манипулированию.

#### **Тема 1. Оказание помощи подросткам в приобретении навыков самоконтроля и саморегуляции.**

Эмоции и чувства. Аффективные эмоциональные состояния. Управление эмоциями и чувствами. Самоконтроль как развиваемая человеком способность контролировать свои действия и поступки.

**Практическая часть:** Психодиагностическая работа по выявлению способности к самоконтролю. Обучающие упражнения на приобретение навыков самоконтроля и саморегуляции.

#### **Тема 2. Развитие навыков личной безопасности подростка.**

Личная безопасность. Правила безопасности. Ограничения, виды ограничений. Запрет, нарушение запрета. Правила и способы обеспечения безопасности подростков. Механизм возникновения конструктивного и неконструктивного поведения. Связь ситуации, мыслей, чувств, поведения. Изменение собственных мыслей как способ изменения отношения к ситуации.

**Практическая работа:** Обобщение группового опыта по оказанию помощи подросткам в развитии навыков личной безопасности. Работа с примерами ситуаций, направленная на выявление негативных мыслей и обучение трансформированию их в позитивные.

#### **Тема 3. Формирование умения у детей и подростков противостоять негативному влиянию сверстников, взрослых.**

Представление о манипулятивном общении в подростковой среде. Способы развития у подростков умения распознавать манипуляции в общении со стороны сверстников или взрослых. Способы противостояния негативному давлению со стороны окружающих.

Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации группового давления, манипулирования.

## ПЛАН

### Первичной профилактики употребления наркотических и психоактивных веществ

№	Содержание работы	Сроки	Участники	Ответственные
<b>1. Работа с учащимися</b>				
1.	Психологическая диагностика - наркомании - алкоголя - табакокурения	Ежегодно	7-11 классы	Зам. директора по воспитательной работе, Классные руководители
2.	Контроль поведения детей, замеченных в употреблении психоактивных веществ	Ежегодно	Педколлектив	Зам. директора по воспитательной работе, учителя, классные руководители
3.	Классные часы по проблеме употребления наркотических и психоактивных веществ (приложение 3)	Ежегодно	1-11 классы	Классные руководители, педагог-психолог
4.	Оформление уголка «Сделай свой выбор: выбери жизнь»	Ежегодно	Учащиеся	Зам. директора по воспитательной работе, педагог-организатор
5.	Освещение профилактики употребления наркотических и психоактивных веществ на школьном сайте	Ежегодно	Пресс-центр	Зам. директора по воспитательной работе
6.	Беседы по вопросам профилактики употребления наркотических и психоактивных веществ	В течение года	5-11 классы	Зам. директора по воспитательной работе, Классные руководители
7.	Беседа «Права, обязанности и ответственность человека и гражданина»	Сентябрь Ежегодно	7-е классы	учитель истории
8.	Встреча «Юридическая ответственность несовершеннолетних»	Февраль Ежегодно	9-11 классы	Зам. директора по воспитательной работе, инспектора ПДН
<b>2. Работа с родителями</b>				
1.	Родительские собрания по вопросам совершенствования системы профилактической работы с несовершеннолетними и раннего выявления незаконного потребления наркотиков	Октябрь Ежегодно	Родители	Классные руководители, школы, зам. директора по воспитательной работе
2.	Педагогическое консультирование родителей по вопросам употребления наркотических и психоактивных веществ (приложение 3)	Ежегодно	Родители	Классные руководители, школы, зам. директора по воспитательной работе
<b>3. Работа с педагогическим коллективом</b>				
1.	Совещание педагогов школы по вопросам профилактики	Ежегодно	Педколлектив	зам.дир. по ВР

**Основные требования к содержанию программы**

Линии содержания образования	Составляющие качества образования		
	Предметно-информационная	Деятельностно-информационная	Ценностно-ориентированная
Культурно-историческая	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об опасных влияниях окружения;</li> <li>- о средствах, вызывающих удовольствие и зависимость;</li> <li>- об их действии и последствиях их действия;</li> <li>- о различных формах зависимого поведения, об их последствиях;</li> <li>- о причинах зависимости, раннем распознавании зависимостей</li> </ul>	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- познакомиться с собственными «позитивными» и «негативными» чувствами, чувствами других людей, допускать их и серьезно к ним относиться;</li> <li>- выражать чувства здоровыми способами;</li> <li>- выражать и отстаивать свое мнение;</li> <li>- признавать собственные потребности, способности, достоинства, слабости и ограничения;</li> <li>- позволять себе меняться и общаться</li> </ul>	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- признавать собственные потребности, способности, достоинства, слабости и ограничения;</li> <li>- принимать ответственность за свое поведение, свое здоровье.</li> </ul> <p>Осознанное отношение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- к средствам, вызывающим удовольствие и зависимость;</li> <li>- к факторам, способствующим и препятствующим зависимости</li> </ul>
Социально-правовая	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об опасных мотивах поведения человека, о внутренних ресурсах безопасности</li> </ul>	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильно вести себя в трудной ситуации;</li> <li>- реализовать свое право голоса и активного соучастия: в жизни семьи; в жизни школы; в широком общественном жизненном пространстве</li> </ul>	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осознанно отказываться от опасных предложений;</li> </ul> <p>Формирование</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- здоровых ценностей;</li> <li>- здоровых отношений</li> </ul>
Информационно-методологическая	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о способах безопасного поведения;</li> <li>- о безопасных способах противостояния</li> </ul>	<p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предвидеть опасность;</li> <li>- идентифицировать ее,</li> <li>- предотвратить по возможности или уменьшить степень риска,</li> <li>- любых средств</li> </ul>	<p>Сформированность</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самооценки и самоконтроля, - способности к принятию эффективных решений в условиях обычных, опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- критически оценивать рекламу любых средств</li> </ul>

		<p>переживать конфликты, кризисы и справляться с ними;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- справляться со стрессом;</li> <li>- критической рекламы зависимости</li> </ul>	<p>зависимости;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- укреплять самооценку и доверие к себе.</li> </ul>
<p>Экологическая культура</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об опасных предметах и веществах;</li> <li>- критерии оценки окружающей среды в различных ее аспектах с позиции безопасной жизнедеятельности;</li> <li>- основные экологические законы;</li> <li>- понимание места и роли человека в отношениях со средой обитания</li> </ul>	<p>Умения адаптироваться в социальной среде так, чтобы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать ответственность за свое будущее;</li> <li>- влиять на окружающий мир так, чтобы: его голос был услышан и поддержан;</li> <li>- он поверил в себя, в ценность своего существования и действия;</li> <li>- его самостоятельные волевые усилия и его ответственность были позитивно приняты его ближайшим окружением в семье и школе</li> </ul>	<p>Формирование ответственности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- за свое поведение;</li> <li>- за свое здоровье;</li> <li>- за свое будущее</li> </ul>
<p>Культура здоровья</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о составляющих здоровья и причинах формирования зависимого поведения</li> <li>- знать факторы здорового образа жизни</li> </ul>	<p>Приобрести умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>развивать тело и образ мыслей в позитивном направлении</li> </ul>	<p>Способность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно выстраивать свою деятельность и поведение;</li> <li>- планировать будущее и осуществлять настоящее в соответствии со следующими принципами:</li> <li>- осознание ценности ЗОЖ;</li> <li>- выбор здоровой жизненной позиции;</li> <li>- умение строить здоровые отношения с другими людьми, принимая ответственность за свое здоровье, свое поведение и свое будущее</li> </ul>

По окончании курса подросток должен:

Приобрести знания:

- об опасных мотивах поведения человека, о внутренних ресурсах безопасности;
- об опасных предметах и веществах, о способах безопасного поведения;
- об опасных влияниях окружения, о безопасных способах противостояния.

Приобрести умения:

- выражать чувства здоровыми способами;
- выражать и отстаивать свое мнение;
- принимать решения в пользу здоровья;
- правильно вести себя в трудной ситуации;
- справляться со стрессом;
- решать конфликты;
- признавать собственные потребности, способности, достоинства, слабости и ограничения;
- критически оценивать рекламу любых средств зависимости;
- осознанно отказываться от опасных предложений;
- планировать здоровое будущее;
- принимать ответственность за свое поведение, свое здоровье, свое будущее; -поддерживать и сохранять собственное здоровье.

## Серия классных часов в 1-11 классах

По профилактике употребления психоактивных веществ  
среди обучающихся

## Первый класс (8 часов)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Я- уникальный человек	1
2	Культура и Я	1
3	Чувства	1
4	О чем говорят чувства	1
5	Множество решений	1
6	Решения и здоровье	1
7	Полезные и вредные лекарства	1
8	Пассивное курение: учусь делать полезный выбор	1

## Второй класс (8 часов)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Вкусы и увлечения	1
2	Учусь находить новых друзей и интересные занятия	1
3	О чем говорят выразительные движения	1
4	Учусь понимать людей	1
5	Опасные и безопасные ситуации	1
6	Учусь принимать решения в опасных ситуациях	1
7	Реклама табака и алкоголя	1
8	Мифы и факты об алкоголе	1

## Третий класс (8 часов)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Мой характер	1
2	Учусь оценивать сам себя	1
3	Учусь взаимодействовать	1
4	Учусь настаивать на своем	1
5	Становлюсь увереннее	1
6	Когда на меня оказывают давление	1
7	Курение	2

### Четвёртый класс (8 часов)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Самоуважение	1
2	Привычки	1
3	Дружба	2
4	Учусь сопротивляться давлению	1
5	Учусь говорить «нет»	1
6	И снова алкоголь	1
7	Алкоголь в компании	1

### 5 - 11 классы

№ п/п	Тема занятия	Цель занятия	Кол-во часов
<b>5 класс (5 часов)</b>			
1.	Социометрия		В начале и конце года (2 часа)
2.	Полет и падение	Сформировать у учащихся понятие о веществах, способных воздействовать на психику человека, подвести к мысли о том, что понятие «полет» и «падение» неразрывно связаны между собой в случае употребления человеком ПАВ.	1
3.	Хорошие и плохие вещества	Сформировать у учащихся представление о полезных и вредных для здоровья веществах и людях, которые наживаются на продаже вредных веществ.	1
4.	Путешествие в детство родителей. «Дверь в детство».	Формировать у учащихся нравственное отношение к близким людям, родителям, умение ценить людей, свою семью.	1
5.	Кто я? Какой я?	Сформировать у учащихся понятие индивидуальности, оригинальности личности.	1
<b>6 класс (5 часов)</b>			
1.	Хорошие и дурные поступки	Сформировать понятие «хорошие» и «плохие» поступки. Дополнительно: выявление группы риска.	1
2.	Правда и ложь	Сформировать представление о том, кто такой лживый и правдивый человек, понимание того, что человек, ставший рабом ПАВ всегда лжив.	1
3.	Добрые дела	Сформировать у учащихся представление о добрых и недобрых делах. Распространение ПАВ – недоброе дело.	1
4.	Интерактивная игра: «Я-дома, я-в школе, я-среди»	Развивать у учащихся стремление к осмыслению себя, своих поступков и	1

	друзей».	поведения, формировать нравственные качества личности, ответственность и порядочность.	
5.	Безвредного табака не бывает	Формировать отрицательное отношение к курению, помочь осознать масштабы вреда курения для здоровья человека.	1
<b>7 класс (4 часа)</b>			
1.	Личность и индивидуальность	Помочь учащимся понять ценность каждой личности, подчеркнуть уникальность и неповторимость каждого человека, дать определение личности и индивидуальности.	1
2.	Самоуважение	Укрепить позитивную самооценку учащихся, обучить методам формирования позитивной самооценки, продемонстрировать негативное влияние употребления ПАВ на правильную и позитивную самооценку.	1
3.	Уверенность в себе. Навыки уверенного поведения.	Обсудить способы поведения и признаки, характерные для уверенного в себе человека, отработать на практике некоторые из них, предоставить возможность потренироваться в отстаивании своих убеждений.	1
4.	Чувства и эмоции	Объяснить учащимся важность и необходимость выражения своих чувств и эмоций, обучить некоторым способам выражения чувств.	1
<b>8 класс (4 часа)</b>			
1.	Знакомство с понятием стресса и способах преодоления	Сформировать понятие стресса, стадиях его развития, познакомить со способами преодоления стресса.	1
2.	Принятие решений	Познакомить учащихся с этапами принятия решений, отработать навыки принятия решений.	1
3.	Права личности и уважение прав других.	Обсудить понятие «права личности», укрепить уверенность в себе, предоставить возможность на практике отработать бесконфликтные способы отстаивания своих прав, дать понятия способов отказа от нежелательного действия.	1
4.	Талантливость и гениальность. В чем они проявляются.		1
<b>9 класс (5 часов)</b>			
1.	Общение.	Дать учащимся представление о различных способах общения, обучить способам эффективного и безопасного общения	1
2.	Построение отношений с близкими людьми.	Показать наличие связей личности с окружающими ее близкими людьми	1



		и важность этих связей в жизни каждого человека, разъяснить учащимся принципы построения гармоничных отношений с близкими людьми, дать возможность улучшить навыки развития этих отношений.	
3.	Понятие группового давления	Рассказать о видах группового давления, помочь в отработке умения замечать групповое давление, показать взаимосвязь навыков сопротивления групповому давлению с признаками уверенного человека.	1
4.	Человек и творчество		1
5.	Социометрия (предпрофильный выбор)		
<b>10 класс (5 часов)</b>			
1.	Сопротивление давлению социального окружения.	Разобрать наиболее типичные ситуации, при которых начинается прием ПАВ, пояснить причины, по которым окружающие навязывают употребление ПАВ.	1
2.	Сопротивление давлению социального окружения.	Обсудить причины, побуждающие подростков принимать ПАВ, дать навыки осознания причин, по которым не следует принимать ПАВ.	1
3.	Как отказаться от предложенных наркотиков.	Дать учащимся навык сопротивления обстоятельствам ограничивающим выбор, обучить учащихся приемам отказа от предлагаемых наркотиков, табака, алкоголя, закрепить навыки отказа путем моделирования реальных ситуаций.	1
4.	Как научиться властвовать собой?		1
5.	Недостатки человека и их влияние на судьбу.		1
<b>11 класс (4 часа)</b>			
1.	Сопротивление массовой рекламе психоактивных веществ.	Дать ученикам опыт сопротивления навязываемым ложным убеждениям, помочь понять учащимся некоторые движущие силы рынка наркотиков и ПАВ, разъяснить приемы недобросовестной рекламы, отработать способы сопротивления легальной рекламе ПАВ.	1
2.	Наркотики, психоактивные вещества и последствия их употребления.	Разъяснить понятия «наркотики» и «психоактивные вещества», объяснить их общие свойства и разницу между ними, разобрать традиции и законы, ограничивающие употребление ПАВ, разобрать неблагоприятные последствия употребления ПАВ.	1
3.	Последствия употребления наркотиков.	Уточнить понимание подростками термина «наркотики», улучшить понимание негативных последствий	1

		употребления наркотиков, помочь ученикам осознать, что подростки, как и взрослые, страдают от употребления наркотиков, дать подросткам навык распознавания собственной зависимости от разных привычек.	
4.	Законы распространения наркомании.	Обсудить причины потребления наркотиков подростками, дать информацию о факторах риска и механизмах распространения наркомании, обсудить возможные варианты профилактических мероприятий.	1

### Тематика бесед с подростками

№	Тематика	Основные цели
<b>Вступая во взрослый мир</b>		
1	«Начиная путь»	Создание благоприятных условий для работы в группе
2	«Еще не лев, уже не львенок...»	Формирование основ знаний о психологических особенностях своего возраста
3	«Каков Я на самом деле?»	Формирование комплексного представления подростка о себе
4	«И на солнце есть пятна»	Укрепление самооценки, позитивного самоотношения; раскрытие своих сильных и слабых сторон
5	«Школа общения»	Развитие социальной восприимчивости; расширение диапазона способов межличностного общения в микросоциальном окружении
6	«Будь собой, но в лучшем виде...»	Развитие способности понимания своих положительных и отрицательных качеств
7	«Перекресток души»	Осознание мысли о том, что каждый человек часто находится в ситуации нравственного выбора и этот выбор и дальнейшая жизнь зависит, от того, какие силы в человеке возьмут верх.
8	«Точка опоры»	Формирование убеждения в том, что любые проблемы и трудности могут быть разрешены, что в каждом человеке есть потенциал для преодоления жизненных трудностей
<b>Преодолевая трудности</b>		
9	«Мои проблемы»	Обучение осознанию своих проблем и поиску конструктивного способа их решения
10	«Свобода или рабство?»	Информирование о причинах и механизмах формирования зависимого поведения, его видах, последствиях
11	«Не оступись – перед тобой пропасть»	Осознание собственной уязвимости перед наркотиками, информирование об опасности наркотиков, о мотивах их употребления
12	«Не иди вслепую по минному полю»	Информирование подростков о конкретных ситуациях, представляющих для них опасность
13	«Мне плохо»	Формирование навыков самоанализа и наблюдения через сознание внутренних состояний
14	«Посмотри правде в глаза»	Углубленное понимание проблем зависимости от психоактивных веществ
15	«Рубикон перейден?»	Осознание того, что все люди совершают ошибки, имеют на это право и должны учиться на своих ошибках, но есть ошибки, которые ведут за собой необратимые последствия

		(проба наркотиков)
16	«S.O.S»	Формирование адекватного восприятия потребности в помощи
<b>Жизнь по собственному выбору</b>		
17	«Любому кораблю нужен курс»	Прояснение смысло-жизненных установок; помощь в определении личностных ценностей
18	«Звездная карта моей жизни»	Формирование активной установки по отношению к собственному жизненному пространству-организации своей жизни, развитие способности к построению долговременных жизненных планов
19	«Сделав первый шаг...»	Закрепление полученных представлений, актуализация сформированных личностных новообразований
20	«Через тернии к звездам!»	Коррекция системы личностных ценностей; углубление представлений о способности человека самостоятельно строить свою жизнь, преодолевая трудности и конструктивно решая проблемы

### Тематика бесед для работы с родителями

№	Тематика	Основные цели
1	«Ваш ребенок становится взрослым»	Повышение информированности о психологических особенностях подростка, проблем, свойственных данному возрасту
2	«Как помочь своему ребенку противостоять наркотикам»	Преодоление защитной позиции родителей-отрицания возможности приобщения своих детей к табаку, алкоголю и наркотикам, осознание уязвимости подростков перед наркотиками
3	«Будущее Вашего ребенка»	Формирование устойчивой мотивации родителей к проблемно-преодолевающему, социально поддерживающему и развивающему поведению в семье

### Перечень ключевых слов

**Потребности** – фундаментальные качества человека, выражающие его нужду в чем-либо и служащие источником жизненной активности.

**Желание** – переживание, отражающее потребность и выраженное в конкретных образах и словах.

**Интерес** – проявление познавательной потребности на уровне осознания целей.

**Самоутверждение** – процессы управляемого самой личностью осознания и завоевания места в обществе, соответствующего представлениям личности о себе.

**Самооценка** – оценка самого себя, своих качеств на основе сравнения с внутренними и внешними эталонами, критериями.

**Адекватный** – равный, соответствующий.

**Влияние** – процесс и результат изменения индивидом или социальной группой поведения других людей, их позиций, оценок, установок. Механизмом направленного влияния являются убеждение и внушение.

**Внушаемость** – субъективная готовность подвергаться и подчиняться внушающему воздействию, связанная с неуверенностью в себе, низкой самооценкой, стеснительностью, доверительностью, повышенным уровнем тревожности. Ситуативные факторы повышенной внушаемости: экстремальность ситуации, некомпетентность в обсуждаемом вопросе, групповое давление, дефицит времени для принятия решения.

**Социальное положение** (статус) – та роль, позиция, которую исполняет человек в официальной или неофициальной иерархии группы.

**Социальные притязания** – та роль и тот статус, к которым человек стремится, считая их более соответствующими своим способностям.

**Комплекс неполноценности** – совокупность качеств, самооценка которых болезненно занижена, переживание личностью по поводу своих мнимых и реальных недостатков.

**Лидер** – ведущий, человек, который способен пробудить интерес к делу, увлечь, повести за собой.

**Конфликтогены** – слова и действия, которые могут унижить человека, обидеть, оскорбить его.

**Рефлексия** – сосредоточение сознания человека на самом себе, на своих образах, мыслях, чувствах.