

УТВЕРЖДАЮ:  
МКОУ «СОШ №8» г. Черкесска

Д. Гогов



**Программа  
по профилактике употребления ПАВ  
2024-2025 учебный год.**

## **Пояснительная записка.**

Программа профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде является основой системного подхода к организации работы по предупреждению детской зависимости.

Профилактика употребления ПАВ – это не только обсуждение вредности и печальных последствий курения, алкоголизма, наркомании, не запугивание подростков страшными бедами, а прежде всего помощь в освоении навыков эффективной социальной адаптации – умения общаться, строить свои отношения со взрослыми и сверстниками, в развитии способности оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им.

Особое значение имеет формирование культуры здоровья – понимания ценности здоровья и здорового образа жизни.

Только сформированность и осознание личностной ценности здоровья позволят ребенку понять, почему и чем для него опасно знакомство с одурманивающими веществами.

### **Программа профилактики ПАВ содержит несколько направлений работы.**

1. Информирование и просвещение обучающихся, их родителей и других значимых лиц.
2. Освоение знаний по проблеме профилактики ПАВ, интерактивных форм работы с участниками программы.
3. Проведение мероприятий по профилактике ПАВ.
4. Пропаганда здорового образа жизни.
5. Формирование нравственных ценностей обучающихся.

**Цель программы:** создание системы информационно - пропагандистской работы с родителями и обучающимися по формированию необходимых жизненных навыков и здорового образа жизни.

### **Задачи программы.**

1. Развитие социальной и личностной компетентности:
  - способствовать осознанию и усвоению обучающимися основных человеческих ценностей;
  - формировать у обучающихся психосоциальные и психогигиенические навыки принятия решений, критического мышления;
  - повысить самооценку обучающихся;
  - 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, научить вести себя в конфликтных ситуациях, сформировать навыки эффективного общения, преодоления стресса и снятия напряжения в стрессовых ситуациях;
- сформировать навыки регуляции эмоций.

### **Содержание программы.**

Информационно-просветительский блок включает в себя работу с детьми и подростками и их родителями или другими значимыми лицами.

Работа проводится в рамках учебных предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии, психологии общения, классных часов, школьных внеаудиторных мероприятий. Работа с взрослыми проводится на родительских собраниях, классными руководителями и психологом в рамках проведения клуба «Родительские университеты», на индивидуальных встречах.

4 Возможно, в рамках развития социального партнерства привлечение медицинских работников, работников правоохранительных органов.

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;
- проведение конференций и круглых столов, посвященных проблеме здорового образа жизни;
- создание научно-исследовательских и социальных проектов;
- выставки творческого самовыражения: стихи, сочинения, рисунки, поделки;
- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий;
- индивидуальные консультации среди детей и подростков, педагогов и родителей.

## **Предполагаемые результаты программы.**

Программа включает в себя обучение эффективному общению, уверенности в себе, умению управлять своими чувствами, выбору друзей и построению позитивных отношений со сверстниками, укреплению связи с семьей и другими значимыми взрослыми, решению возникших проблем, критическому мышлению.

**Показателем эффективности программы является:**

- повышение процента занятости обучающихся, активно участвующих в общественной деятельности школы;
- повышение уровня воспитанности обучающихся, социальной адаптации и предотвращение дезадаптации подростка;
- положительная мотивация на здоровый образ жизни.

**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 поведения обучающихся 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.

## **Содержание программы.**

**Наименование разделов и тем:**

**Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций обучающихся.**

1. Общение.
2. Оказание помощи детям и подросткам в преодолении деструктивного поведения, в овладении умениями конструктивного сопротивления в употреблении ПАВ

**Раздел 2. Оказание психологической поддержки обучающимся.**

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. Раздел

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

1. Обучение навыкам самоконтроля и саморегуляции.

2. Развитие навыков личной безопасности.

3. Формирование умения у обучающихся противостоять негативному влиянию социума.

### **Планируемые результаты программы.**

В результате реализации программы, обучающиеся должны приобрести знания:  
-об опасных мотивах поведения человека, о внутренних ресурсах безопасности;  
-об опасных предметах и веществах, о способах безопасного поведения в обществе;

– об опасных влияниях окружения, о безопасных способах противостояния этому влиянию.

Приобрести умения:

-выражать чувства приемлемыми 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.

**График проведения классных часов  
– по проблеме употребления наркотических и психоактивных веществ  
на 2024-25 учебный год**

1. Наркомания что это? Ноябрь- 5 классы
2. Правда о наркомании Ноябрь -6 классы
3. Что наркотик может сделать с тобой? Ноябрь- 7 классы
4. Сделай свой выбор: выбери жизнь Ноябрь -8 классы
5. Скажи наркотикам «нет», а жизни «да»! Ноябрь- 9 классы
6. Домыслы и факты о наркотиках. Ноябрь -10 классы
7. Что имеем – не храним, потерявши – плачем! Ноябрь -11 классы

**Темы  
тренинговых занятий с обучающимися в 2024-25 учебном году.**

<b>№</b>	<b>Тематика</b>	<b>Основные цели</b>
	<b>Вступая во взрослый</b>	<b>мир</b>
1	«Еще не лев, уже не львенок...»	Формирование основ знаний о психологических особенностях своего возраста.
2	«Каков Я на самом деле?» Формирование комплексного представления подростка о себе.	Формирование комплексного представления подростка о себе.
3	«И на солнце есть пятна»	Укрепление самооценки, позитивного самоотношения; раскрытие своих сильных и слабых сторон.
4	«Школа общения»	Развитие социальной восприимчивости; расширение

		диапазона способов межличностного общения в социальном окружении.
5	«Будь собой, но в лучшем виде...»	Развитие способности понимания своих положительных и отрицательных качеств.
6	«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.
7	«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</b>	<b>трудности</b>
8	«Мои проблемы»	Обучение осознанию своих проблем и поиску конструктивного способа их решения.
9	«Свобода или рабство?»	Информирование о причинах и механизмах формирования зависимого поведения, его видах, последствиях.
10	«Не оступись – перед тобой пропасть»	Осознание собственной уязвимости перед наркотиками, информирование об опасности наркотиков, о мотивах их употребления
11	«Не иди вслепую по минному полю»	Информирование подростков о конкретных ситуациях, представляющих для них опасность.
12	«Мне плохо»	Формирование навыков самоанализа и наблюдения через сознание внутренних состояний.
13	«Посмотри правде в глаза»	Углубленное понимание проблем зависимости от психоактивных веществ
14	«Рубикон перейден?»	«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).
15	«S.O.S»	Формирование адекватного восприятия потребности в помощи.
	<b>Жизнь по собственному</b>	<b>выбору</b>
16	«Любому кораблю нужен курс»	Прояснение жизненных установок; помощь в определении личностных ценностей.
17	«Звездная карта моей жизни»	Формирование активной установки по отношению к собственному жизненному 13 пространству-организации своей жизни, развитие способности к построению долговременных жизненных планов.
18	«Сделав первый шаг...»	Закрепление полученных представлений, актуализация сформированных личностных новообразований.
19	«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 на родительских собраниях классов.**

№	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