

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«НОВОЛИСИНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ СРЕДНЕГО (ПОЛНОГО)  
ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

СОГЛАСОВАНО  
педагогическим советом  
школы  
протокол от 31.08.2017 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МКОУ «Новолисинская  
СОШ интернат»  
от 31.08.2017 № 212

**ПРОГРАММА  
по профилактике употребления  
психоактивных веществ несовершеннолетними  
2017-2022 гг.**

д. Новолисино  
Тосненский район  
Ленинградской области

## Содержание

1. Обоснование актуальности программы
2. Цели и задачи программы
3. Компоненты, принципы, направления, условия реализации программы.
4. Сроки реализации программы
5. Участники программы и организация их деятельности
6. Механизм реализации программы
7. Предполагаемые конечные результаты программы
8. Научно-методические основы и нормативно-правовая база Программы
9. Контроль за реализацией программы.
10. Показатели результативности программы
11. Критерии отслеживания эффективности предложенной программы
12. Диагностический инструментарий (приложения).

## **1. Обоснование актуальности программы**

Проблема злоупотребления психоактивными веществами остается чрезвычайно актуальной для России и требует пристального внимания. В употребление психоактивных веществ вовлекаются все новые граждане России, в первую очередь, подростки и молодежь.

В последнее время масштабы распространения форм асоциального поведения (табакокурение, наркомания, алкоголизм) в подростковой среде приобретают угрожающий характер. Такое положение дел нельзя считать нормальным, поскольку курение, наркомания, алкоголизм – это действия направленные на уничтожение себя или уничтожение личности в себе. Кроме того, наибольший вред эти действия наносят именно детскому и подростковому организму.

Чтобы профилактическая работа по предупреждению злоупотребления тем или иным психоактивным веществом была эффективной, ее надо начинать проводить раньше того возраста, на который, согласно статистике, приходится начало экспериментирования с данными веществами. Это значит, что начинать проводить такую работу следует не позднее, чем в начальной школе.

Опыт превентивной работы показывает, что наиболее эффективной профилактикой злоупотребления детьми и подростками алкогольных напитков и других психоактивных веществ, является проведение не отдельных разовых бесед или лекций с учащимися, а целенаправленные и систематические занятия, куда наравне с профилактическими проблемами непременно включаются общепсихологические аспекты, а также активные способы отработки навыков социально-психологической компетентности.

Профилактика злоупотребления ПАВ направлена в первую очередь на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации. Очень важно сформировать у учащихся культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья, его значимости позволяет ребенку понять, почему для него опасно знакомство с психоактивными веществами.

Суть подобных занятий состоит в рассмотрении в том или ином объеме следующих социально-психологических навыков: общения, критического мышления, принятия выбора, решения проблем, установления позитивных межличностных контактов, умения сопротивляться негативным влияниям сверстников, управления стрессом, состоянием тревоги, эмоциями, навыков развития положительного самосознания и положительной «Я-концепции» и навыков противостояния началу употребления психоактивных веществ.

В Программе отражены основные цели, задачи, мероприятия по профилактике употребления ПАВ, а также средства и механизмы, обеспечивающие их

практическую реализацию в МКОУ «Новолисинская СОШ-интернат» на период с 2017 по 2022 годы.

Программа имеет школьный статус и ориентирована на обучающихся 1-11-х классов.

## **2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** - формирование гармонично развитой, здоровой личности, стойкой к жизненным трудностям и проблемам.

### **Задачи программы:**

- формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- психологическая поддержка подростка, формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников, разрушительным для здоровья формам поведения;
- формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни.

## **3. Принципы программы**

1. *Системность* – проведение профилактической работы со всеми представителями системы – школа-семья-ребенок;

- работа с обучающимися;
- работа с педагогами;
- работа с родителями.

2. *Возрастная адекватность* – используемые формы и методы обучения соответствуют психологическим особенностям учащихся.

3. *Преемственность* – проведение профилактической работы на протяжении всего периода становления личности, структура программы включает в себя три уровня (работа с целевыми группами различными по возрасту):

1. уровень – младший школьный возраст (1–4 классы);
2. уровень – младшие подростки (5–6 классы);
3. уровень – подростки (7–9 классы);
4. уровень – старшеклассники (10-11 классы).

4. *Компетентность* – проведение работы с учетом возрастных особенностей детей и подростков специалистами.

5. *Практическая целесообразность* – содержание занятий отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у учащихся навыков эффективной социальной адаптации, предупреждением приобщения к одурманивающим веществам.

6. *Комплексность* – с одной стороны программа затрагивает все основные аспекты развития человека:

- осознание себя, тела, эмоций;
- семейные взаимоотношения, самооценка и устойчивость к стрессу;
- осознание своей зависимости и внушаемости, трансовых состояний, способности критически мыслить;
- сопротивление давлению со стороны, деструктивная конфликтность и коммуникативная компетентность;
- ответственное поведение, сексуальность и раскрытие творческого потенциала.

Разработка тем модифицируется в зависимости от уровня развития, направления деятельности и формы организации работы.

С другой стороны, в разработке занятий использованы различные формы организации работы и подачи материала с учетом новейших достижений в области практической психологии и социальной работы:

- работа с аудиторией (лекции и групповые дискуссии);
- работа в группе (ролевые игры, упражнения на релаксацию и творческую визуализацию, сказкотерапия, арт-терапия, самовыражение в танце и в движении, тренинг коммуникативной компетентности);
- использование аудиовизуальных и дидактических материалов (видеофильмы, плакаты и т.д.)

7. *Позитивность* – развитие практических навыков, достоверная подача информации без запугивания, на основе реализации принципа разумного эгоизма.

8. *Активность* – использование интерактивных методов обучения.

9. *Возможность органичного влечения в учебный процесс* (на уроках валеологии и факультативов по психологии) в соответствии с возрастными особенностями детей.

10. *Практическая значимость* – необходимость и достаточность предоставляемой информации, учащимся предоставляется тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни.

#### **Основные направления реализации программы:**

- образовательная деятельность;
- социально-психологическая помощь и поддержка;
- работа с родителями;
- воспитательная работа с обучающимися;
- межведомственное взаимодействие;
- программа превентивного образования;
- мониторинговая деятельность

## Условия реализации

- 1.Привлечение врачей: психолога, нарколога.
- 2.Привлечение специалистов по спорту: учителя физкультуры, педагог-организатор ОБЖ.
- 3.Привлечение педагогов дополнительного образования.
- 4.Привлечение педагогов и родителей.
- 5.Привлечение инспекторов ОДН, КДНиЗП и правоохранительных органов.

## 4. Сроки и этапы реализации программы

Программа предусматривает поэтапный план реализации с сентября 2017 года по 31 августа 2022 года.

***I этап. Подготовительно– практический (диагностирующий) 2017-2018 учебный год*** Аналитико-диагностическая деятельность. Поиск инновационных технологий, методов и способов обучения и воспитания. Изучение современных технологий. Анализ образовательной ситуации в школе, возможность применения программы профилактики употребления ПАВ.

***II этап. Организационно –практический сентябрь 2019г. – январь 2020 гг.*** Апробация и внедрение программы.

***III этап. Обобщающий январь 2020 г. – май 2022 г.*** Обработка данных и анализ внедрения программы.

| Этап                                 | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Срок реализации        |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>Диагностирующий</b>               | <p><b>Цель:</b> изучение существующих в детской и подростковой среде тенденций употребления наркотических веществ.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определить степень информированности детей и подростков по проблеме;</li> <li>-выделить факторы, влияющие на формирование позитивного отношения к употреблению наркотиков;</li> <li>-сделать выводы о степени вовлеченности подростков в проблему и выделить основные целевые группы для дальнейшей работы.</li> </ul> <p><b>Методы:</b> опрос и анкетирование (анонимное) с целью изучения состояния проблемы в конкретном образовательном учреждении при работе с определенной группой детей.</p> <p><b>Значение этапа:</b></p> <p>Анализ результатов анкетирования (на основании предлагаемой анкеты) позволяет сделать выводы о степени вовлеченности учащихся в проблему и выделить три целевые группы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-подростки, имеющие опыт употребления наркотических веществ;</li> <li>-подростки, для которых характерно позитивное отношение к употреблению наркотиков;</li> <li>-подростки, имеющие четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков.</li> </ul> | <b>2017-2022 уч.г.</b> |
| <b>Организационно – практический</b> | <p><b>Цель:</b> реализация антинаркотической работы в образовательном учреждении.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке, алкоголе, наркотиках;</li> <li>-способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с употреблением ПАВ;</li> <li>-учить детей лучше понимать собственные проблемы и критически относиться к поведению в обществе;</li> <li>-способствовать стремлению детей понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними;</li> <li>-создать условия для формирования у детей культуры выбора, научить их принимать ответственные решения;</li> <li>-обеспечить</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>2018-2022 гг.</b>   |

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                               |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|                   | <p>взаимодействие школы с семьей и внешкольными организациями.</p> <p><b>Методы работы:</b></p> <p>1)информационный;</p> <p>2)метод поведенческих навыков (анализ и проигрывание конкретных жизненных ситуаций);</p> <p>3)конструктивно-позитивный метод (организация тренингов, направленных на повышение психологической устойчивости).</p> <p><b>Значение этапа:</b></p> <p>-развитие у учащихся таких жизненных навыков, как, навыки принятия решения, общения, ответственного поведения, противостояния стрессам, сопротивления негативным социальным влияниям;</p> <p>-формирование потребности в здоровом образе жизни, осознание ценности собственного здоровья и ответственности за него;</p> <p>-повышение уровня психосоциальной адаптации детей; -выработка активной жизненной позиции, исключающей использование наркотиков и алкоголя в качестве средства ухода от жизненных проблем.</p> |                               |
| <b>Обобщающий</b> | <p><b>Цель:</b> определение эффективности разработанной системы профилактики наркомании.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <p>-выделить основные недостатки и достижения в проделанной работе;</p> <p>-определить изменения личностной позиции учащихся в отношении проблемы наркомании;</p> <p>-определить дальнейшее направление работы по предупреждению наркомании.</p> <p><b>Методы:</b></p> <p>1)анализ отчетной документации;</p> <p>2)опрос, беседа;</p> <p>3)анонимное анкетирование.</p> <p>Сравнение результатов первичного и повторного анкетирования дает возможность:</p> <p>-изучить характер изменений в отношении учащихся к употреблению наркотических веществ;</p> <p>-выявить наиболее устойчивые факторы, способствующие приобщению детей и подростков к наркотикам;</p> <p>-определить динамику целевых групп. <b>Значение этапа:</b></p>                                                 | <b>Январь-май<br/>2022 г.</b> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | 1)позволяет обобщить и систематизировать информацию, накопленную в процессе проведения антинаркотической работы;<br>2) сделать выводы об эффективности предлагаемой системы профилактики;<br>3)на основании выделенных тенденций и закономерностей осуществить планирование дальнейшей работы по профилактике наркомании. |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## **5. Участники программы и организация их деятельности**

### **Обучающиеся начальной школы**

Одна из важнейших причин начала употребления ПАВ детьми и подростками – дезадаптация в социуме. Известно, что у многих детей имеется синдром школьной дезадаптации. И, соответственно, эти дети попадают в «группу риска» наркозависимости. Поэтому основная цель первичной профилактики наркозависимости на начальном этапе – успешная адаптация всех учащихся первых классов школе.

Начало обучения в школе – один из самых значимых моментов в жизни человека, период его качественного изменения, точка перехода к новому состоянию.

Ребенок младшего школьного возраста очень активно растет и развивается. В этот период его организм особенно чувствителен к любым неблагоприятным воздействиям. Особое место среди них занимает ранняя наркотизация. Высокая опасность ранней наркотизации обусловлена следующим:

- у детей, в силу возрастных особенностей развития, не сформированы физиологические механизмы “обезвреживания” наркогенных веществ, поэтому даже незначительные, с точки зрения взрослых, дозы способны вызвать сильнейшее наркогенное отравление;
- наибольшей уязвимостью к действию наркогенных веществ обладают клетки нервной системы, а также клетки печени и почек, ранняя алкоголизация и курение обуславливают возникновение нарушений в нервно-психической сфере ребенка, снижение темпов его умственного развития и интеллектуальных функций,
- ранняя наркотизация в значительной степени замедляет темпы физического созревания организма (установлено, что курящие школьники отстают в росте от своих сверстников в два раза),
- детям данного возраста очень сложно осознать и принять информацию о наркотиках, так как структуры их интеллекта действуют в рамках конкретно – операционального мышления, т.е. они могут эффективно воспринимать материал только о том, что они могут потрогать или увидеть,

-и самое главное: у детей гораздо быстрее, чем у взрослых развивается привыкание к одурманиванию.

Младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного аутодеструктивного (саморазрушающего) поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это, конечно, касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует окружающим “чудеса храбрости” – не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед носом мчащейся машины, забирается на крышу, совершает множество других “подвигов”.

Программа для 1-4 классов реализует образно – чувственные подходы, учитывающие специфику восприятия школьников начальной ступени. Именно в начальной школе должны быть заложены основы эффективных коммуникаций, так как в более старшем возрасте это реализовать затруднительно, основы здорового образа жизни, которые к четвертому классу должны стать стойким динамическим стереотипом поведения. У детей 10 лет желательно сформировать начальные представления ценностно – мотивационной сферы.

### **Обучающиеся основной школы**

Подростковый возраст не случайно называют “трудным” – вчера еще такие послушные и дисциплинированные, сегодня мальчики и девочки вдруг становятся неуправляемыми, грубыми и даже жестокими. Во многом причины столь резких перемен характера связаны с мощными физиологическими перестройками, которые претерпевает организм подростка. Темпы созревания различных систем органов оказываются неодинаковыми, нередко они просто не успевают друг за другом. Субъективно все это проявляется ощущением физиологического дискомфорта – болит или кружится голова, часто тошнит, знобит или, наоборот, бросает в жар. Не понимая до конца, что с ними происходит, и пугаясь этого, подросток всячески пытается избавиться от негативных переживаний. Реальное знакомство с наркотиками в этот период особенно опасно, поскольку создает иллюзию физиологического благополучия.

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.

Программа для 5-9 классов реализует более широкого и глубокого плана рациональные материалы. В плане освоения происходит переход от представлений к более продуманным отношениям и формированию собственной выверенной и осознанной модели поведения.

В подпериоде раннего и всего подросткового периода (согласно теории Ж.Пиаже) возникает переход от восприятия к конкретным операциям, которые постепенно складываются в конкретно - операциональные структуры, обеспечивающие понимание сохранения отдельных свойств объектов в условиях их видимых изменений.

При построении формальных операций мышление оперирует не с сырым материалом внешней действительности, а с готовыми структурами, которые трактуются как возможные условия, пригодные для понятийного манипулирования. В этом и состоит основное принципиальное различие между формально-операционным и конкретнооперационным мышлением. Именно на последнем этапе (с 11 до 15 лет), согласно теории Пиаже, формируются и проявляются все атрибуты интеллекта, способного решать самые разнообразные задачи, а само устойчивое формально-операционное мышление является отличным инструментом научного рассуждения.

Именно поэтому, в период обучения в основной школе, формируется стройная ценностно – мотивационная пирамида каждой конкретной личности и эта личность, созревая, формирует стратегию будущего поведения, а роль педагога заключается в направлении данного процесса формирования в здоровое русло.

В связи с этим, при проведении мероприятий по профилактике наркозависимости в средней школе акцент необходимо делать на психологическую работу с подростками. Это

– специфическая и неспецифическая диагностика, тренинги, дискуссии.

### **Обучающиеся старших классов.**

Психологические особенности старшеклассников заключаются в более самостоятельных поступках, взглядах, суждениях. Старшеклассники дистанцируются от родителей, семья отходит на второй план. Подростковая группа для старшеклассника главная.

В процессе общения со сверстниками расширяется представление о собственной личности. Подросток подражает тем ребятам, которые пользуются у него наибольшим уважением. Группа подростков становится для старшеклассника своеобразной школой жизненного опыта, где приобретаются новые знания и навыки.

В этом возрасте неизбежны конфликты со взрослыми и они зависят от семейных взаимоотношений. Наилучшие отношения старшеклассников с родителями складываются при демократическом стиле воспитания.

Поведение старшеклассника направляется последовательно, гибко. Родитель всегда объясняет мотивы своих требований и поощряет обсуждение. Родитель устанавливает правила и воплощает их в жизнь, но не считает себя непогрешимым.

Поэтому в старшем школьном возрасте необходимо формировать ответственность делать выбор самостоятельно, осознание своей собственной исключительности.

### **Работа с родителями**

Профилактическая антинаркотическая работа с родителями проходит в следующих направлениях:

- консультирование;
- лекторий;
- специфическая работа с семьями несовершеннолетних группы риска (профилактическая работа с отдельно взятыми семьями, составление социальной карты семьи, тренинги коррекции детско-родительских отношений).
- беседы, тренинги, круглые столы (в рамках классных родительских собраний)
- беседа «Как не воспитать наркомана» (факторы риска, способы распознавания, профилактика).
- беседа «Родительский авторитет».
- тренинг «Учимся общаться с детьми».

### **Работа с педагогами**

Учитель-предметник в своей работе:

- использует активные формы пропаганды на уроках биологии, химии, ОБЖ, обществознания и литературы;
- составляет и накапливает методические разработки проведения уроков;
- создает благоприятный климат на уроках и во внеурочной деятельности.

### **Классный руководитель и школьный психолог**

- выявляет учащихся группы риска, анализирует особенности их окружения, в соответствии с этим планируют индивидуальную работу;
- определяет отношение ребят к алкоголю и наркотикам;
- проводит работу по организации содержательного досуга, развитию коммуникативных навыков, обучение поведения в стрессовых ситуациях;
- проводит тренинговые занятия по проигрыванию и анализу конкретных ситуаций по отработке важнейших для учащихся социальных умений.

### **Администрация**

- создает благоприятную атмосферу отношений к учителям, к детям, основанную на уважении, оптимальной требовательности, справедливости.

## **6. Механизм реализации программы**

**Технологически** данная программа в части начальной школы опирается на:

- проектную технологию,
- проблемную технологию,
- игровую технологию,
- развивающую технологию

Сами занятия должны быть выстроены согласно принципам здоровьесберегающей технологий.

**По формам** занятия должны реализовываться через игры, экскурсии.

**Технологически** данная программа в части основной школы опирается на:

- проблемную технологию,
- технологию критического мышления,
- тренингово – игровую технологию,
- технологию «дебаты»
- развивающую технологию

Сами занятия должны быть выстроены согласно принципам здоровьесберегающей технологий.

**По формам** занятия должны реализовываться через лекции, семинары, практикумы, круглые столы, конференции, деловые игры.

**Формы работы:**

- 1) лекция;
- 2) беседа;
- 3) семинар;
- 4) конференция;
- 5) психологические занятия;
- 6) тренинг;
- 7) ролевая и деловая игра;
- 8) мозговой штурм;
- 9) круглый стол;
- 10) дискуссия;
- 11) конкурс творческих работ (конкурс рисунков, стенгазет, книжная выставка);
- 12) социологический опрос;
- 13) показ видеоматериалов с антинаркотическим содержанием.

### **Активные методы проведения занятий**

**Социально-психологический тренинг** - 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. Эти задачи решаются благодаря атмосфере

безопасности, которая обеспечивается созданием на первом этапе тренинга «правил группы». В правила обязательно включаются такие пункты, как: безоценочные суждения, конфиденциальность личной информации, право не участвовать в каком-либо упражнении и т.д. Тренинг позволяет не только получить психологическую информацию, но и осознать проблемы и причины личностных трудностей, обучить новым адаптивным способам поведения, улучшить субъективное самочувствие учащихся и укрепить их психическое здоровье.

**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 коллективнораспределенный способ деятельности. Совместная работа в группе позволяет формировать качества социальной и личностной компетентности учащихся.

**Мозговой штурм** используется для стимуляции высказываний по теме или отдельному вопросу без комментариев и оценочных суждений со стороны одноклассников и психолога. Все идеи фиксируются на доске или ватмане. Мозговой штурм продолжается до тех пор, пока не будут озвучены все идеи или не кончится отведенное на него время.

**Групповая дискуссия**— это способ организации совместной деятельности учеников под руководством педагога-психолога с целью решения групповых задач или воздействия на мнения и установки участников в процессе общения. Данный метод позволяет рассмотреть проблему с разных сторон, уточнить личные точки зрения, ослабить скрытые конфликты, выработать общее решение, повысить заинтересованность учеников проблемой, удовлетворить потребность подростка в признании и уважении одноклассников.

**Арттерапия** — метод, используемый в качестве средства психологопедагогического 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.

**Групповая дискуссия** – это способ организации совместной деятельности учеников с целью решить групповые задачи или воздействовать на мнения и установки участников в процессе обучения.

### Система мероприятий по первичной профилактике употребления ПАВ в начальной школе

| Мероприятия                                                                                                                                   | Сроки проведения         | Ответственный                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------|
| Диагностика учащихся с целью выделения «группы риска», дальнейшего прогноза                                                                   | сентябрь<br>1-й класс    | классный руководитель                               |
| Ведение курса «Введение в школьную жизнь» с целью предотвращения дезадаптации                                                                 | сентябрь<br>1-й класс    | классный руководитель 1 класса                      |
| Диагностика уровня адаптации детей к школе                                                                                                    | октябрь-ноябрь 1-й класс | заместитель директора по УВР, классный руководитель |
| Коррекционные занятия для детей, испытывающих трудности при адаптации к школе                                                                 | ноябрь-январь 1-й класс  | классный руководитель                               |
| Повторная диагностика с целью отслеживания результатов коррекционной работы                                                                   | февраль<br>1-й класс     | Заместитель директора по УВР, классный руководитель |
| Реализация занятий по теме «Я – школьник», направленной на обучение навыкам общения, оптимизацию самооценки, повышение социальной компетенции | 4-й класс                | классный руководитель                               |
| Театрализованные представления на тему здоровья.                                                                                              | 1-4 классы               | классные руководители                               |

|                                                                                                                                                                                                                                                       |                                            |                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Диагностика функционального состояния учащихся, наличия у них тревожности, депрессивности; уровня их самооценки, их успешности в учебной деятельности, степени адаптированности, готовности к средней школе с целью выделения учащихся «группы риска» | 4-й класс март-апрель                      | заместитель директора по УВР, классный руководитель |
| Сравнительный анализ «группы риска» наркозависимости с целью отслеживания эффективности программы профилактики наркозависимости                                                                                                                       | апрель-май                                 | заместитель директора по УВР                        |
| Проведение родительских собраний, для родителей с целью информирования о факторах риска наркозависимости детей; факторах, препятствующих наркозависимости и т.д.                                                                                      | в течение всего обучения в начальной школе | классные руководители                               |
| Организация совместной деятельности детей и родителей, ориентированной на здоровый образ жизни (выезды на природу, соревнования «Папа, мама, я – здоровая семья» и т.д.)                                                                              | в течение всего обучения в начальной школе | классные руководители                               |
| Информирование педагогов и факторах риска наркозависимости детей (стиль педагогического общения как стрессовый фактор)                                                                                                                                | каникулы                                   | заместитель директора по УВР                        |
| Тренинг для учителей начальных классов «Формирование навыков педагогического общения»                                                                                                                                                                 | каникулы                                   | заместитель директора по УВР                        |

### Тематический план занятий для младших школьников

#### 1 класс

| Занятие                  | Цель занятия                                                                      |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 1.Я — уникальный человек | Дать детям представление о значении нормальных условий жизни для роста и развития |
| 2.Культура и Я           |                                                                                   |
| 3.Чувства                | Дать представление о чувствах человека                                            |

|                                |                                                              |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 4.О чем говорят чувства        | Дать представление о способах изменения настроения           |
| 5.Множество решений            | Научить учащихся оценивать свои поступки                     |
| 6.Решения и здоровье           |                                                              |
| 7.Полезные и вредные лекарства | Дать представление о привычках, их значение в жизни человека |

## 2 класс «Учусь понимать себя»

| <b>Занятие</b>             | <b>Цель занятия</b>                                                                                                                                       |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.Твои новые друзья        | Познакомить учащихся с содержанием курса и его героями                                                                                                    |
| 2. Как ты растешь          | Дать детям представление о значении нормальных условий жизни для роста и развития                                                                         |
| 3.Что ты знаешь о себе     | Дать детям представление об их физическом развитии                                                                                                        |
| 4. Твое настроение         | Дать представление о том, что такое настроение и от чего оно зависит                                                                                      |
| 5.Как ты познаешь мир      | Сформировать представление об основных органах чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), об основных особенностях познания окружающего мира с их помощью |
| 6.Твои чувства             | Дать представление о чувствах человека                                                                                                                    |
| 7.Как исправить настроение | Дать представление о способах изменения настроения                                                                                                        |
| 8. Твои поступки           | Научить учащихся оценивать свои поступки                                                                                                                  |
| 9. Твои привычки           | Сформировать представление о привычках, их значение в жизни человека.                                                                                     |

## 3 класс «Учусь понимать других»

| <b>Занятие</b>                          | <b>Цель занятия</b>                                 |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 1. Как научиться разговаривать с людьми | Научить детей разговаривать с детьми                |
| 2. Что такое интонация                  | Дать представление о роли интонации в общении людей |

|                                         |                                                                                                     |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3. Как научиться преодолевать трудности | Помочь ребенку понять, отчего возникают трудности при общении с людьми, и научиться преодолевать их |
| 4. Как понять друг друга без слов       | Сформировать представление о значении мимики и жестов в общении                                     |
| 5. Для чего нужна улыбка                | Укрепить представление детей о значении доброжелательных отношений между людьми                     |
| 6. Умеешь ли ты дружить                 | Научить детей ценить дружбу                                                                         |

#### 4 класс «Учусь общаться»

| <b>Занятие</b>                              | <b>Цель занятия</b>                                                                                                                         |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Что вы знаете друг о друге               | Сформировать адекватную оценку восприятия себя и других                                                                                     |
| 2. Твой класс                               | Научить ребят анализировать свои симпатии, привязанности; бережно относиться к чувствам других людей                                        |
| 3. Кто твой друг                            | Расширить представления детей о дружбе, позитивном отношении к людям                                                                        |
| 4. Как научиться жить дружно                | Объяснить, что дружеские отношения могут и должны иметь место в коллективе не только между близкими друзьями, но и со всеми одноклассниками |
| 5. Как помириться после ссоры               | Привить умение находить пути выхода из конфликтов, развить представление о необходимости и важности примирения                              |
| 6. Какой у тебя характер                    | Дать учащимся представление о характере, многообразии черт характера                                                                        |
| 7. Как воспитать свой характер              | Дать детям представление о возможности воспитывать в себе определенные черты характера                                                      |
| 8. Как сказать «нет» и отстоять свое мнение | Научить ребят отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников                                 |
| 9. Фантастическое путешествие               | Обобщение знаний, полученных на занятиях в рамках курса                                                                                     |

**Система мероприятий по первичной профилактике употребления ПАВ в основной школе**

| <b>Мероприятия</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>Сроки проведения</b> | <b>Ответственный</b>                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------|
| Обучающие семинары для педагогов.<br>Темы: «Возрастные особенности подростков», «Особенности отношения детей к наркотикам», «Факторы риска наркозависимости», «Стиль педагогического общения как стрессовый фактор» и т.д. | каникулы                | заместитель директора по ВР, руководители МО       |
| Тренинг для педагогов, работающих в основной школе «Формирование навыков педагогического общения»                                                                                                                          | каникулы                | руководители МО                                    |
| Тематический всеобуч для родителей.                                                                                                                                                                                        | в течение года          | классные руководители                              |
| Неспецифическая диагностика подростков<br>-выявление «группы риска» наркозависимости<br>- выявление индивидуально-личностных особенностей подростков                                                                       | сентябрь                | классные руководители                              |
| Специфическая диагностика подростков<br>- выявление отношения подростков к наркотикам и их употреблению<br>- проведение анонимного добровольного тестирования                                                              | в течение года          | классные руководители, медработник школы           |
| Постоянный анализ информации, полученной в результате неспецифической и специфической диагностики, с целью определения тематик лекций, бесед, дискуссий с подростками                                                      | в течение года          | классные руководители, заместитель директора по ВР |
| Проведение тематических бесед, дискуссий с подростками по различным аспектам проблемы                                                                                                                                      | 1 раз в четверть        | классные руководители                              |
| Тренинги для подростков с целью формирования у                                                                                                                                                                             | 1 раз в год             | Педагог-психолог                                   |

|                                                                                                                                                                                                          |                          |                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------|
| них ответственности за свое поведение:<br>«Тренинг уверенного поведения», «Тренинг общения», «Умение сказать «нет» и т.д.                                                                                |                          |                                                      |
| Организация досуговых мероприятий с целью формирования у подростков принятия себя через вовлечение в новые виды деятельности                                                                             | постоянно в течение года | Заместитель директора по ВР<br>классные руководители |
| Организация правовой пропаганды, информационнопросветительской работы с обучающимися, родителями, преподавателями по вопросам предупреждения и пресечения правонарушений связанных с оборотом наркотиков |                          |                                                      |

### Тематический план занятий для обучающихся основной школы

|         |                                                                          |
|---------|--------------------------------------------------------------------------|
| 5 класс | 1.Знакомство.                                                            |
|         | 2.Как подружиться.                                                       |
|         | 3.Основные нормы и взаимоотношения в группе.                             |
|         | 4.Чувства и умения их проявлять.                                         |
|         | 5.Мое тело – моя собственность                                           |
|         | 6.Употребление, злоупотребление, болезнь.                                |
|         | 7.Употребление табака.                                                   |
|         | 8.Алкоголь.                                                              |
|         | Заключительное занятие “Викторина смысленных и находчивых”.              |
| 6 класс | 1.Умение отвечать за себя.                                               |
|         | 2.Я особенный и себя уважаю.                                             |
|         | 3.Умение слушать.                                                        |
|         | 4.Виды и формы общения.                                                  |
|         | 5.Умение сказать “Нет”.                                                  |
|         | 6.Что такое наркотики.                                                   |
|         | 7.Правильное и неправильное использование медикаментов.                  |
|         | 8.Токсические вещества.                                                  |
|         | 9.Особенности поведения и черты личности тех, кто употребляет наркотики. |
| 7 класс | 1.Как поддерживать дружбу.                                               |
|         | 2.Как пережить потерю друга.                                             |
|         | 3.Как прервать нежелательную дружбу.                                     |
|         | 4.Взаимоотношения с родителями и со взрослыми.                           |

|         |                                                                                                                                                                                  |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | 5.Отрицательные эмоции и как справиться с гневом.                                                                                                                                |
|         | 6.Критика, навыки критического отношения.                                                                                                                                        |
|         | 7.Умение принимать решения.                                                                                                                                                      |
|         | 8.Осторожно – яды: табак и алкоголь.                                                                                                                                             |
|         | 9.Осторожно яды: токсические вещества и зависимость от наркотиков.                                                                                                               |
| 7 класс | 1.Умение начинать, поддерживать и прекращать разговор.                                                                                                                           |
|         | 2.Агрессивность, неуверенное поведение и поведение с уверенностью.                                                                                                               |
|         | 3.Стресс. Способы борьбы с ним.                                                                                                                                                  |
|         | 4.Поведение в конфликтной ситуации. Разрешение конфликта путем совместного принятия решения.                                                                                     |
|         | 5.Формирование уверенного поведения.                                                                                                                                             |
|         | 6.Права человека во всей их совокупности.                                                                                                                                        |
|         | 7.Встреча миров: мальчики и девочки.                                                                                                                                             |
|         | 8.Развитие навыков критического мышления и ответственного поведения.                                                                                                             |
| 8 класс | 1.Знакомство с миром собственных эмоций.                                                                                                                                         |
|         | 2.Работа с семейными взаимоотношениями.                                                                                                                                          |
|         | 3.Работа с самооценкой.                                                                                                                                                          |
|         | 4.Развитие стрессоустойчивости.                                                                                                                                                  |
|         | 5.Развитие навыков давлению со стороны.                                                                                                                                          |
|         | 6.Снижение деструктивной конфликтности.                                                                                                                                          |
|         | 7.Тренинг коммуникативной компетентности.                                                                                                                                        |
|         | 8.Развитие навыков критического мышления и ответственного поведения.                                                                                                             |
| 9 класс | 1.Влияние наркотиков на организм (дыхание, кашель, сердечно-сосудистую систему, пищеварения, психические функции). Плата за обман природы. Миф о слабых и безопасных наркотиках. |
|         | 2.Нормальные способы получения удовольствий. Биологическая и социальная сущность удовольствий.                                                                                   |
|         | 3.Особенности личности потенциальных наркоманов. Смена социального окружения.<br>Изменение личности наркоманов. Отношение людей к наркоманам.                                    |
|         | 4.Возможно ли излечение от наркомании. Кто виноват?                                                                                                                              |

|                 |                                                                                                             |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 | 5.Косвенная реклама массовой наркотизации населения. Социальные предпосылки для распространения наркомании. |
|                 | 6.Нравственные нормы как гарантии здоровья. Необходимость личной ответственности за наркотизацию.           |
|                 | 7.Отношение государства к наркомании. Ответ защитникам права на существование наркомании.                   |
|                 | 8.Альтернатива наркотикам. Защищайте сами свое психическое здоровье.                                        |
| 10-11<br>классы | 1.Презентация видеоролика «Мифы о наркотиках»                                                               |
|                 | 2.Классный час «Жизнь на острие иглы».                                                                      |
|                 | 3.Беседа «Борьба против наркотиков»                                                                         |
|                 | 4.Сочинение-эссе. «Здоровье – это ...»                                                                      |
|                 | 5.Интернет – урок антинаркотической направленности                                                          |
|                 | 6.Диспут «Проблема наркомании – общая проблема!»»                                                           |
|                 | 7.Тренинг «Я сам принимаю решения».                                                                         |
|                 | 8.Конкурс «Мы – здоровое будущее страны».                                                                   |

### **Программа родительского просвещения по профилактике табакокурения, алкоголизма и наркомании в подростковом возрасте**

Семья наряду со школой, сверстниками, СМИ и др. играет роль важного, возможно, самого важного фактора в борьбе с распространением табакокурения, алкоголизма и наркомании среди подростков. Многочисленные исследования, проведенные в последние годы, показали, что именно ситуация, сложившаяся в семье во многом определяет, насколько велика вероятность приобщения подростков к ПАВ (факторы риска и защитные факторы). Современные модели, на основе которых строятся в настоящее время наиболее эффективные профилактические программы, выделяют семью, как отдельный субъект профилактической работы.

#### **Основные направления профилактической помощи семье**

- Психолого-педагогическое просвещение – формирование у родителей потребности в психолого-педагогических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития и развития своих детей.
- Оказание помощи семье в случае, если ребенок начал курить, принимать алкоголь и наркотики.
- Предупреждение вовлечения детей в раннее употребление ПАВ (табакокурение, алкоголизм и наркомания)

- Индивидуальные консультирования родителей по актуальным вопросам семейного воспитания.
- Формирование из родительского актива групп поддержки для родителей «проблемных» семей.
- Установление взаимодействия с родителями подростков группы риска.
- Социальное вмешательство в семью при наличии асоциального образа жизни родителей.
- Проведение родительских собраний, семинаров, «Школы для родителей».

**Программа просвещения родителей  
«Профилактика употребления ПАВ детьми»**

| Название                                                  | Аудитория   | Описание занятия                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Тематические всеобучи</b>                              |             |                                                                                                                                                                                                                                |
| «Психологические особенности подросткового возраста»      | 5-9 классы  | Беседа с презентацией<br>Основные темы: характеристика возраста: умственное, эмоциональное и социальное развитие, основные проблемы возраста, нарушение отношений с семьей как фактор девиантного поведения.                   |
| «Идеальные родители, идеальные дети»                      | 1-11 классы | Беседа с презентацией<br>Обсуждение качеств «идеальных» детей и родителей; научить родителей открыто выражать свои чувства по отношению к поступкам ребенка. Изучение рекомендаций психологов: как стать идеальным родителем.  |
| «Компьютерная зависимость»                                | 5-11 классы | Беседа с презентацией<br>Основные темы: плюсы и минусы Интернета, уход от реальности как тревожный признак, симптомы психологической зависимости от компьютера, рекомендации по организации времени пребывания за компьютером. |
| «Факторы риска и факторы защиты подростковой зависимости» | 5-11 классы | Причины, условия формирования, генетическая предрасположенность к употреблению ПАВ, личностные, семейные, макросоциальные факторы риска и защиты от употребления ПАВ.                                                          |

|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Детская агрессия»                    | 1-5 классы  | Лекция с презентацией<br>Причины, виды, влияние семейного воспитания, способы работы с агрессией ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| «Родители, ваш ребенок и закон»       | 7 -11 класс | Что такое наркотики, ответственность детей, родителей, как вести себя с ребенком, если узнали, что он употребляет ПАВ, куда обратиться за помощью.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| «Защита детей от жестокого обращения» | 1-11 классы | Беседа с презентацией.<br>Знакомство родителей с законодательными актами, защищающими детей от жестокого обращения. Ответственность за жестокое обращение с детьми.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| «Подростковый суицид»                 | 6-9 классы  | Беседа с презентацией<br>Основные темы: признаки и характер подросткового суицида, взаимоотношения со своим ребёнком, личность подростка и понимание его проблем.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| «Вопросы родителей о наркомании»      |             | Беседа с презентацией<br>Основные темы: Что рассказать ребенку о ПАВ, как поощрять ребенка к откровенному общению, как влияют семейные ценности на формирование умения отказывать окружающим, как научить ребенка отказывать окружающим, почему важна семейная профилактика употребления ПАВ, что делать, если у ребенка сформировалась зависимость от ПАВ.<br>Тематика лекций для родителей.<br>1. “Стоит задуматься, или Крайне тревожная статистика”.<br>2. “Опасные заблуждения, или Что мы думаем о наркотиках”.<br>3. “Наркотики и подросток, или Педагогические проблемы становления личности подростка”. |

|                                                 |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 |                          | <p>4. “Формирование пристрастия к наркотикам, или Почему подростки принимают наркотики”.</p> <p>5. Этапы приобщения к наркотикам, или Как становятся наркоманами”.</p> <p>6. “Семья и наркотики, или Влияние дисгармоничных семейных отношений на подростковую наркоманию”.</p> <p>7. Наркотики и их жертвы, или Что нужно знать о наркотиках”.</p> <p>8. В преддверии опасности, или Как распознать наркоманию”.</p> <p>9. “Целевая программа “Школа без наркотиков”, или Что может современная школа”.</p> <p>Профилактика наркомании, или всем миром на борьбу с ПАВ”.</p> |
| «Какой стиль воспитания выбрать?»               | 1-4 классы<br>5-8 классы | Анкетирование, авторитарный, попустительский, демократический, хаотичный и стили семейного воспитания и их влияние на развитие личности ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| «Хотите видеть ребенка успешным – помогите ему» | 1-4 классы               | Причины, по которым уроки нравятся и не нравятся. Об успехах в школе, об интересе к школе, об отношениях в школе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| «Поведение детей в зеркале семейных отношений»  | 5-8 классы               | Конфликт и конфликтная ситуация, причины, неконструктивные и конструктивные пути выхода из конфликта.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| «Сквернословие»                                 | 3-9 классы               | Причины, разбор конкретных случаев, пути противостояния сквернословью.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| «Профориентация»                                | 8-11 классы              | Основные темы: правила выбора профессии. Ошибки выбора профессии. Анализ «Хочу», «Могу», «Надо» ребенка при определении его на профессиональный путь.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Родительский<br/>всеобуч «Как<br/>общаться с<br/>ребенком?»»</p> |  | <p><b>Тематика:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Как наладить нормальные отношения с ребенком?</li> <li>2. Безусловная любовь (что такое воспитание, результаты неприятия ребенка).</li> <li>3. Помощь родителей: как ее вводить и как давать ребенку больше самостоятельности.</li> <li>4. Если ребенок не слушается (тон и руководящие указания, как избегать конфликтов, как воспитываться в детях ответственность).</li> <li>5. Как научиться слушать ребенка (правила активного слушания, три результата активного слушания).</li> <li>6. Чувства родителей (как сказать о своем переживании, Я-высказывание).</li> <li>7. Как разрешать конфликты (причины конфликтов, конструктивные и неконструктивные способы разрешения конфликтов).</li> <li>8. А как насчет дисциплины (правила о правилах, вопрос о наказаниях, трудные дети и четыре причины стойкого непослушания).</li> <li>9. Наши эмоций (разрушительные и страдательные эмоции, потребности, самооценка и ее зависимость от воспитания).</li> <li>10. Ответы на волнующие вопросы родителей.</li> </ol> |
| <p><b>Коррекционно-развивающие занятия для родителей</b></p>        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                  |             |                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Все мы родом из детства»        | 1-5 классы  | Беседа с презентацией: осознание позиции своего ребенка, попытка встать на эту позицию, особенности детского восприятия реальности, значимость эмоциональных отношений.      |
| «Позволить ребенку быть любимым» | 5-8 классы  | Тренинг профилактика асоциального поведения.                                                                                                                                 |
| «Детско-родительские отношения»  | 1-11 классы | Тренинговые <b><u>совместные занятия родителей и детей</u></b> . Сплочение, развитие навыков взаимодействия, коррекция негативных эмоций в семье, ресурс семейных отношений. |

### Программа профилактического лектория для педагогов

| Название                                  | Описание занятия                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Организация работы с девиантными детьми» | Лекция с презентацией «система работы с трудными детьми», изучение особенностей девиантных детей, анализ себя как профессионала.                                                                                      |
| «Тренинг педагогической осознанности»     | Занятие направлено на формирования у педагогов личностно-ориентированной позиции по отношению к детям, поиск резервов для более эффективной работы, выделение причин возможных или истинных профессиональных проблем. |
| «Система работы с трудными детьми»        | В лекции описываются принципы, следование которым способствует налаживанию контакта с трудным ребенком и достижению положительных изменений.                                                                          |
| «Подходы к профилактике употребления ПАВ» | Подходов к профилактике ПАВ среди несовершеннолетних, условия, при которых профилактика оказывается более эффективной.                                                                                                |

|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Факторы риска, факторы защиты употребления ПАВ»                                                    | Факторы риска приобщения к ПАВ и факторы защиты от ПАВ, которые можно применить к школе и семье, способы реализации факторов защиты.                                                          |
| «Особенности отвергаемых в коллективе детей»                                                        | В лекции приведены особенности отвергаемых детей, роли, которые они выполняют в коллективе, последствия отвержения, психологическая работа, рекомендации учителю и родителю.                  |
| «Вопросы здорового образа жизни»                                                                    | Знакомство с тренингом как активной формой работы в процессе обсуждения вопросов здорового образа жизни.                                                                                      |
| «Психологическое здоровье»                                                                          | Определение психологического здоровья, значимость для физического здоровья, способы поддержания, техники поддержания психического здоровья.                                                   |
| «Волшебный мир бабочки»                                                                             | Направлен на формирование позитивной установки при работе с детьми с аддиктивным поведением. Содержит арт-терапевтические техники, способствует снятию эмоционального напряжения.             |
| «Тренинг по саморегуляции как форма работы с детьми с девиантным поведением»                        | Агрессия и эмоциональное напряжение, их влияние на здоровье человека, способы работы со своим состоянием: релаксация, дыхательные техники, изотехники.                                        |
| «Взгляд на проблемного ребенка»                                                                     | Арт-терапевтический тренинг, направлен на осознание своего отношения к проблемному ребенку, раскрытие собственных ресурсов в работе с проблемным ребенком, рекомендации по построению работы. |
| «Техники установления позитивных отношений с родителями и детьми. Развитие коммуникативных навыков» | Тренинг направлен на развитие умений проявлять педагогический такт в различных условиях воспитательно-образовательной работы в школе.                                                         |

|                                       |                                                                                                                                     |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Профилактика и преодоление стрессов» | Раскрывает теоретические основы по теме «Стресс», предлагаются релаксационные упражнения, упражнения на снятие стресса.             |
| «Секреты эффективной педагогики»      | Понимание своих психологических установок и их связи с профессиональной деятельностью.                                              |
| «Конфликт и ученик»                   | Основные темы: что такое конфликт, причины конфликтов между учителями и учениками, рекомендации учителю по профилактике конфликтов. |

## 7. Предполагаемые конечные результаты программы

Заложенные в начальной школе основы эффективных коммуникаций, толерантного и бесконфликтного поведения становятся осознанными алгоритмами и превращаются в операционную модель.

Сформированная в начальной школе потребность в здоровом образе жизни становится осознанной наполненной ценностью, определяющей дальнейшую траекторию жизни.

Основная особенность основной школы – формирование ключевых личностных компетенций, которые, к моменту ее окончания должны быть полностью сформированы и носить весьма конкретный и операционный характер. К таким ключевым компетенция необходимо отнести:

**Аналитико – деятельностную компетентность по отношению к здоровью**–это овладение ребенком через объем знаний и рефлексивное к ним отношение, навыком анализировать ту или иную ситуацию с точки зрения здоровья, полезности ее, научение самоанализу и умение выбирать оптимальный алгоритм деятельности, «здоровую» модель поведения.

**Прогностическая компетентность в отношении к здоровью** имеет в своей основе умение прогнозировать результаты тех или иных собственных действий и отношений в ситуациях, имеющих отношение к здоровью. В отношении стресса, как важнейшего патогенного фактора по отношению к здоровью, прогностическая компетентность реализуется через наличие или отсутствие позитивной копинг – стратегии и выстраивание модели поведения

**Коммуникативная компетентность** в основной школе должна быть выстроена в бесконфликтную толерантную модель доброжелательного поведения, обеспечивающую внестрессовое существование окружающих каждого учащегося. Школьники должны освоить правила оказания первой помощи, значимо повысить

уровень эмпатийных тенденций и развить понятийный аппарат в отношении здоровья.

**Рефлексивная компетентность** – это овладение учащимися системой знаний в области конструктивной рефлексии, осознания значимости рефлексии в саморазвитии, аналитико – оценочной деятельности личности (развитие ее зрелости) и формирования эффективных коммуникаций.

*Обучающиеся должны **знать**:*

- о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ,
- о факторах, влияющих на здоровье человека,
- признаки здорового человека,
- источники влияния и давления,
- безопасные интересные способы проведения времени.
- болезни, связанные с применением ПАВ;
- причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании); - вредное влияние ПАВ на организм человека. **уметь:**

- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- вести активный здоровый образ жизни,
- понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними,
- принимать рациональные решения,
- анализировать собственные качества.

***приобрести навыки:***

- сопротивления давлению и развития личностной и социальной компетентности, - эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления,
- самоконтроля, самооценки,
- преодоления стресса, тревоги,
- ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ,
- преодоления жизненных трудностей в целом,
- самовыражения через увлечения, развивающие личность,
- работы в коллективе; -высказывания своих мыслей;
- изучения научной литературы.

## **8. Научно-методические основы и нормативно-правовая база Программы**

При подготовке программы учитывались цели, концептуальные положения и идеи, имеющиеся в программе развития школы, реализуемых школой образовательных программах. Программа разработана в соответствии с основными положениями Конституции РФ, Конвенции о правах ребёнка, Семейного кодекса РФ, Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде, федеральной Программой развития образования; законом Российской Федерации «Об образовании в РФ».

## **9. Контроль за реализацией программы**

Внутренний мониторинг проводит администрация. Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.

## **10. Показатели результативности программы**

Для оценки эффективности программы главным критерием является развитие личности ребенка, сформированность у него стойкого нравственного иммунитета к негативным факторам жизни.

Это определяется:

- фондом знаний о вреде психоактивных веществ;
- высоким развитием личных качеств учащихся;
- умением принимать решения в разных условиях;
- успешностью обучающегося;
- физическим и психическим здоровьем.

Качественный анализ эффективности программы осуществляется мониторингом успешности воспитательной работы, уровнем воспитанности школьников.

## **11. Критерии отслеживания эффективности предложенной программы**

- Изменение количества детей, попадающих в «группу риска» и стоящих на учете.
- Изменение представленности причин, по которым дети попадают в «группу риска».
- Уровень конфликтности в подростковой среде.
- Изменение отношения к возможному приему ПАВ.
- Появление у подростков устойчивых интересов.
- Уровень и степень добровольной вовлеченности родителей, детей и других людей в мероприятия.
- Оптимизация внутрисемейных отношений.

*Анкета «Мое отношение к курению»*

**1.Считаешь ли ты себя свободным человеком?**

А) да

Б) нет

В) частично

Г) твой вариант \_\_\_\_\_

**2.В случае давления со стороны окружающих ты:**

А) предпочитаешь делать то, что от тебя требуют

Б) начинаешь «воевать» со всеми

В) делаешь вид, что согласен, но стараешься поступить по-своему

Г) отстаиваешь свою позицию, пытаешься объяснить ее правильность

Д) не обращаешь внимания

Е) твой вариант \_\_\_\_\_

**3.Куришь ли ты?**

А) да

Б) иногда

В) нет

Г) твой вариант \_\_\_\_\_

**4. Сколько сигарет ты выкуриваешь за сутки?**

А) курю не каждый день, а только в некоторых случаях

Б) 1-2 сигареты в день

В) 3-5 сигарет в день

Г) 6-10 сигарет в день

Д) 11-20 сигарет в день

Е) более пачки в день

Ж) твой вариант \_\_\_\_\_

**5.В каком возрасте ты закурил первый раз? Укажи число полных лет.**

А) \_\_\_\_\_ лет

Б) не помню

В) твой вариант \_\_\_\_\_

**6.Как получилось, что ты начал курить?**

А) предложили в компании

Б) начал курить из любопытства, по собственной инициативе

В) начал курить назло родителям (кому-либо еще)

Г) предложил попробовать кто-то из родственников

Д) твой вариант \_\_\_\_\_

**7.Что для тебя курение?**

- А) способ поддерживать компанию (курю в основном в компании)
- Б) привычка, от которой трудно избавиться
- В) затрудняюсь ответить
- Г) твой вариант \_\_\_\_\_

**8.Пытаешься ли ты ограничивать количество выкуренных в день сигарет?**

- А) да, пытаюсь ограничивать
- Б) нет, не пытаюсь
- В) твой вариант \_\_\_\_\_

**9.Возникает ли у тебя желание бросить курить?**

- А) да, такое желание возникает часто
- Б) да, возникает иногда
- В) нет, не возникает
- Г) твой вариант \_\_\_\_\_

**10.Если ты сам не куришь, как ты относишься к курящим сверстникам?**

- А) мне это нравится
- Б) для меня не имеет значение, курят они или нет
- В) отрицательно
- Г) затрудняюсь ответить
- Д) твой вариант \_\_\_\_\_

**11.Как ты думаешь, почему твои сверстники курят?**

- А) не хотят быть «белой вороной» в компании
- Б) хотят казаться взрослыми
- В) курят от нечего делать
- Г) из чувства протеста
- Д) это их успокаивает, приносит удовольствие
- Е) затрудняюсь ответить
- Ж) твой вариант \_\_\_\_\_

### Анкета «Мое отношение к ПАВ»

1. Ваше образовательное

учреждение \_\_\_\_\_

2. Пол: \_\_\_\_ М; \_\_\_\_ Ж

3. Возраст: 15-16 \_\_\_\_ 17-18 \_\_\_\_

4. Ваше отношение к алкоголю, курению, наркотикам?

|                                        |                                      |                                        |
|----------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> отрицательное | <input type="checkbox"/> нейтральное | <input type="checkbox"/> положительное |
|----------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------|

5. Почему Вы

курите? \_\_\_\_\_

6. В твоей компании девушки (юноши) курят?

|                             |                              |                                  |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> да | <input type="checkbox"/> нет | <input type="checkbox"/> не знаю |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------|

7. Как ты к этому относишься?

|                                       |                                      |                                       |                                 |
|---------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> положительно | <input type="checkbox"/> безразлично | <input type="checkbox"/> отрицательно | <input type="checkbox"/> другое |
|---------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|

8. Девушка (юноша), с которой(ым) ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?

|                                       |                                       |                                      |                                 |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> положительно | <input type="checkbox"/> отрицательно | <input type="checkbox"/> безразлично | <input type="checkbox"/> другое |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|

9. Хотел(а) бы ты, чтобы твоя жена (муж) курил(а)?

|                             |                              |                                  |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> да | <input type="checkbox"/> нет | <input type="checkbox"/> не знаю |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------|

10. Откуда вы получаете информацию о вреде ПАВ (курения, алкоголя, наркотиков)?

|                                                |                                       |                                              |                                    |
|------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------|
| А) не получал<br>Б) от родителей<br>В) в школе | Г) из газет, журналов<br>Д) от друзей | Е) от сотрудника милиции<br>Ж) от наркологов | З) другое (указать) _____<br>_____ |
|------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------|

11. Что из перечисленного достаточно часто имеет место в вашей школе или классе?

|                                                     |                                                                |                                                        |                                                            |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| А) оскорбление личности<br>Б) драки<br>В) воровство | Г) курение в здании или около школы<br>Д) вымогательство денег | Е) употребление алкоголя<br>Ж) употребление наркотиков | З) другие антиобщественные поступки (какие) _____<br>_____ |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|

12. После уроков ты посещаешь:

|                         |           |                                   |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------|
| А) факультативы в школе | Г) кружки | Е) другое _____<br>_____<br>_____ |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------|

|                                  |                         |  |
|----------------------------------|-------------------------|--|
| Б) курсы<br>В) спортивную секцию | Д) не занимаешься ничем |  |
|----------------------------------|-------------------------|--|

13. Для досуга и активного отдыха учеников в вашей школе проводят:

|                                                          |                                                                     |                                                   |                                             |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| А) дискотеки<br>Б) классные вечера<br>В) «День здоровья» | Г) «Смотр строя и песни»<br>Д) спортивные соревнования<br>Е) походы | Ж) «День самоуправления»<br>З) ничего не проводят | З) другое (указать) _____<br>_____<br>_____ |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------|

14. Как вы считаете, что нужно сделать, чтобы подростки перестали употреблять ПАВ (алкоголь, курение, наркотики)?

|                                                                                                                             |                                                                                                                             |                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> заниматься спортом<br><input type="checkbox"/> заниматься любимым делом<br>посещать кружки, секции | <input type="checkbox"/> создать отряд правопорядка из подростков<br>выпускать газету, направленную против вредных привычек | <input type="checkbox"/> Что-то еще (указать) _____<br>_____<br>_____<br>_____ |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|

## **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.

## **Рекомендации по учету в работе с родителями психологических особенностей школьников разного возраста**

Для того чтобы родители понимали мотивы поведения и поступков детей, понимали причины побуждающие ребенка употреблять ПАВ, родителям необходимо знать его возрастные психологические особенности.

### **Возрастные особенности младших школьников (1-4 классы)**

Работа с младшими школьниками по предупреждению табакокурения, алкоголизации и употреблению наркотиков имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе (один учитель, сравнительно небольшая нагрузка, возможность осуществлять воспитание учащихся в тесной связи с обучением и т.п.), а с другой - психологическими особенностями младших школьников. В связи с этим следует учитывать следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с учащимися начальных классов.

1. Учитель - непререкаемый авторитет для младших школьников. Поэтому не только отдельные его высказывания, но и стиль поведения, отношение к тому или иному предмету оказывают воздействие на учащихся. Негативное мнение учителя о курении, приеме алкоголя и наркотиков особенно среди подростков и молодежи, должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на авторитетные для ребенка мнения.
2. Младшие школьники обычно воспринимают мир в полярных категориях: "хорошо - плохо", "правильно - неправильно", "плохой человек - хороший человек" и т.п.
3. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка облачатся в "одежды темного цвета", противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному.
4. Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель, взрослый, более ярко, фантастично, сказочно.
5. Стимуляция представлений ребенка - важный элемент его воспитания и развития. Рассказывая младшему школьнику о чем-то, учителю, родителю надо периодически делать паузы, давать ученику возможность самому представить тот или иной образ.
6. Склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов работы, касающихся профилактики употребления ПАВ.

7. Большая, чем у старшеклассников, связь младших школьников с родителями определяет возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к употреблению ПАВ.

8. У учащихся младших классов почти отсутствует ощущение определенной "разорванности" картины мира, к которому приводит свойственная основной и старшей школе предметная разобщенность. Поэтому учителю, родителям предоставляется больше возможностей связать курение, как и другие вредные привычки, со всем, что воспринимается ребенком в негативном контексте.

**Общими чертами младших школьников являются:** восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия алкоголизации, табакокурения, или даже способствовать формированию установки на "престижность" потребления табака и алкоголя с уже осознанным намерением ощутить то, что ощущают взрослые, и тем самым как бы уравнивать себя с недоступным ранее взрослым.

Неуспешная учебная деятельность, конфликтные отношения с учителем и низкий статус в классе приводит к депривации потребности в признании, что вызывает к жизни неадаптивные защитные механизмы. При пассивном типе поведения появляются замкнутость, лень, апатия, уход в фантазии. При активном поведении защита может оборачиваться агрессией, компенсируя школьную неуспешность в других сферах, в том числе в асоциальной деятельности.

К концу обучения в начальной школе в классе могут образовываться группы детей (чаще мальчиков), которые утверждают себя через некоторое противостояние требованиям и мнению учителя. В этом возрасте детей уже начинает интересовать все, что связано с табакокурением, наркотиками. Это выступает как запретный и неизвестный мир и, как все незнакомое и запретное, вызывает особое любопытство.

Немаловажным фактором приобщения к вредным привычкам может стать и то обстоятельство, что младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного саморазрушающего поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует "чудеса храбрости": не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед мчащейся машиной, забирается на крышу, совершает множество других "подвигов". В том случае, если у ребенка недостаточно сформированы функции самоконтроля, стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение.

Предупреждение табакокурения и алкоголизма у детей младшего школьного возраста, основанное на разъяснении вредных последствий для организма, затруднено отсутствием у детей базисных знаний из области анатомии и

физиологии человека, поэтому у них складывается абстрактное, личностно незначимое отношение к курению и приему алкоголя. Это обуславливает определенные требования к ранней профилактике вредных привычек. Например, чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в образной и доступной форме объяснить, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь, и не стремиться раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в последующих классах.

***Основным направлением работы по предупреждению табакокурения, алкоголизма должно стать обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, условием чего является отказ от вредных привычек.***

Такая постановка вопроса создает основу для формирования здорового образа жизни в целом. А вот запугивание последствиями курения не только перестает со временем восприниматься детьми, но и формирует у них неосознанный страх за здоровье курящих родителей.

***Таким образом, основные задачи предупреждения развития вредных привычек у младших школьников - разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного здорового образа жизни и несовместимости с этим употребления ПАВ, а также рассмотрение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.***

## **Возрастные особенности младших подростков**

### **5-6 классы**

Возраст 10-11 лет - пограничный между детством и отрочеством. В 11 лет начинается перестройка организма, ребенок становится импульсивным, проявляет негативизм, для него характерны частая смена настроений, ссоры со сверстниками, бунты против родителей.

Психологические особенности учащихся 5-6 классов. В связи с началом этапа полового созревания происходят следующие изменения: дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, взаимоотношения со взрослыми, если учителя и родители найдут целесообразные, щадящие методы и формы взаимодействия с ребенком.

Именно в этом возрасте проявляется не подкрепленное еще реальной ответственностью "чувство взрослости" - особая форма самосознания,

возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром.

"Чувство взрослости" проявляется в противоречивом желании "быть взрослым":

- с одной стороны - стремление утвердить себя как старшего, выросшего; потребность в равноправии, уважении и самостоятельности; требование серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых;
- с другой стороны - повышенная зависимость от взрослых, "прилипчивость" к классному руководителю, плач, капризы, желание оказаться в ситуации опеки и зависимости.

Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность их потребностей обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если взрослые не предлагают детям средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом - уверенностью подростка в несправедливости и необъективности взрослых: учителей, родителей.

В знак протеста против диктата родителей подростки могут делать все "назло":

пропускать уроки, курить, дружить с теми, с кем запрещают родители. В более острых ситуациях подростки могут убегать из дома, начинают употреблять спиртные напитки, наркотики, токсические вещества.

*Склонность к фантазированию*, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел.

*Стремление экспериментировать*, используя свои возможности, - едва ли не самая яркая характеристика младших подростков. Если взрослые не предоставляют младшим подросткам развивающих культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме - в экспериментах со своей внешностью, в первых пробах курения, употребления спиртных напитков и т.д.

Сообщество взрослых ожидает от подростков способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией, именно она создает условия для возможного понимания другой культуры, другой эпохи, другого мировоззрения. У школьников она только начинает формироваться в подростковом возрасте, при умелом построении диалога она может окрепнуть и стать личностным образованием. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Речь идет о создании ситуаций, которые учат подростков принимать разные точки зрения.

Младшие подростки характеризуются резким ростом познавательной активности и любознательности, возникновением познавательных интересов.

В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни - это период "зенита любознательности". Проявления любознательности поверхностны и практически не имеют связи со школьной программой. Эта любознательность отражает увеличившийся интерес школьника к окружающему миру. Подросток ощущает свои возросшие возможности, что имеет существенное значение для "подпитки" чувства взрослости. В это время интересы еще достаточно неустойчивы, легко меняются. Специфика интересов заключается в потребности подростка в общении со сверстниками: общие увлечения дают повод для общения, определяют его содержание и средства. В значительной части случаев подросток интересуется тем, чем интересуются его друзья. С этим связана и характерная для подростков "мода на интересы", когда какое-либо увлечение как бы внезапно охватывает весь класс, параллель, а иногда и всю школу. Подобная "мода" может причудливо соединять в различные комбинации самые разные интересы - от достаточно возвышенных до простых и даже вредных. Известны случаи, когда младшие школьники начинают курить вследствие появившейся в школе "моды на курение".

Своеобразной чертой подростковых интересов является безоглядность увлечения, когда интерес часто случайный и ситуативный, вдруг приобретает сверхценный характер, становится чрезмерным.

## **Возрастные особенности подростков**

### **7-8 классы**

13 лет - начало длительного и одного из важных периодов развития человека, - "возраст второго рождения личности". В психологическом облике 13-летнего подростка во многом сохраняются "детские черты" и наиболее полное воплощение получают те линии развития, которые прослеживаются на протяжении предподросткового и младшего подросткового возраста.

Признаки наступления переломного момента между детством и пубертатной стадией:

- настроение характеризуется повышенной лабильностью, постоянными переходами между веселостью и грустью, унынием с чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром;
- мир психических переживаний становится пронизанным парадоксальностью: уверенность в себе сменяется робостью и застенчивостью;

чрезмерная активность - пассивностью; эгоизм чередуется с альтруистичностью; тяга к общению - с замкнутостью;

- проявляется повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят, и что о нем говорят; подросток становится легко возбудимым, раздражительным и одновременно незащищенным, ранимым;
- - общее снижение работоспособности с чувством физического недомогания, которое может сопровождаться проявлениями вегето-сосудистой дистонии, функциональными нарушениями со стороны отдельных соматических систем - дыхания, пищеварения, кровообращения и пр.

Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Принадлежность к группе играет существенную роль в самоопределении подростка и в определении его статуса в глазах ровесников. Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму группового давления. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может стать той минимальной жертвой, которую готов принести подросток, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте - важнейшая проблема для профилактики употребления ПАВ, а информирование о вредных последствиях табакокурения, алкоголизма имеет только вспомогательное значение.

Следует также иметь в виду повышенную потребность подростков в эмоциональном насыщении, "жажду ощущений", причем новых и сильных, с чем бывают связаны весьма рискованные формы поведения: курение, первое знакомство с другими психоактивными веществами.

Негативную роль в приобщении подростков к табакокурению, алкоголизму могут сыграть и некоторые характерологические особенности подростков, такие как акцентуация характера. Подростковый возраст - критический период проявления различных акцентуаций. В этом возрасте особенно резко проявляется характер, некоторые из его свойств, не будучи сами по себе патологическими, тем не менее, повышают вероятность психической травмы или отклоняющегося поведения. Психологи определяют акцентуацию, как чрезмерное заострение некоторых личностных черт. Подростки с акцентуациями характера составляют группу "повышенного риска", так как они податливы к определенным пагубным влияниям среды. Акцентуация требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, поскольку в подростковом возрасте акцентуированные черты могут провоцировать приобщение к курению, алкоголю и даже наркотикам.

По статистике именно у учащихся седьмых-восьмых классов происходит первое серьезное приобщение к табакокурению.

Именно в этих классах в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого "пика" интереса к курению, необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов, медицинских работников и родителей.

Таким образом, предупреждение табакокурения у подростков необходимо проводить с учетом их возрастнo-психологических особенностей. Одна из самых эффективных форм такой работы - проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением. На дискуссиях подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате этого происходит формирование группового мнения, направленного против табакокурения и других вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ.

Другая форма предупреждения табакокурения в подростковом возрасте - проведение ролевых игр, во время которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников. Подростки знают, что труднее всего бывает отказать не только группе, но и ближайшему другу, который настойчиво предлагает курить. Проведение такого рода тренингов показало, что основная ошибка подростков - хаотическая и разноплановая аргументация своего отказа закурить, недостаточное уважение к своему мнению, нечеткость собственной позиции.

Основная задача в работе с подростками - отработка социальных навыков (умения побеждать в споре, не поддаваться на уговоры и т.п.).

### **Возрастные особенности старшекласcников 9-11 классы**

В отличие от подростков, у старшекласcников в меньшей степени выражена эмоциональная зависимость от группы сверстников. Общение старшекласcников становится более избирательным, меняется соотношение значимых других, но во многих вопросах, особенно в том, что касается досуга, моды, художественных вкусов, они больше ориентируются на мнение сверстников. На первый план выдвигаются формы поведения, выражающие индивидуальность. Им уже не надо кому-то доказывать свою взрослость.

Старшекласcники обладают уже весьма высокой степенью автономии от старших, прежде всего родителей и учителей, и покушение на эту автономию часто вызывает конфликты. Это не означает, что старшие вообще теряют авторитет; в наиболее серьезных вопросах (выбор профессии, мировоззренческое самоопределение, поведение в сложных ситуациях) влияние родителей большей

частью перевешивает влияние сверстников. Однако взрослым приходится доказывать свою правоту не авторитарно, а апеллируя к рациональным доводам. В раннем юношеском возрасте следует различать два принципиально разных типа развития: прагматический и творческий.

Для прагматического типа характерна ориентация на целесообразность и на уход от источников беспокойства. Прагматически ориентированные юноши и девушки, у которых доминируют материальные ценности и которые часто не стремятся получать образование, вызывают определенную тревогу. Их развитие не является развитием в собственном смысле слова, поскольку их личность устроена так, что центральным становится стремление к гомеостатическому равновесию, к уходу от источников беспокойства, что как раз препятствует развитию. На практике оказывается, что тому же молодому человеку часто проще всего «уйти от источника беспокойства» за счет курения, алкоголя, наркотиков.

При творческом пути развития интересы старшеклассников устремлены далеко в будущее, и они в своей жизни ведут себя в известной степени независимо от того, что считается целесообразным или «разумным», активно включая различные новые познавательные или иные формирующие возможности в собственный образ жизни.

Работая с 15-17-летними юношами и девушками, важно учитывать это принципиальное различие двух типов развития. У любого молодого человека есть обе тенденции - и гомеостатическая, и творческая, однако соотношение их может быть очень различно благодаря биологическим, биографическим, социальным факторам.

По данным различных исследований в старших классах число курильщиков и «любителей пива» резко возрастает. Здесь немалую роль играет реклама, которая в той или иной степени оказывает воздействие на формирующийся стиль жизни и самовосприятие молодого человека или девушки. Соединение идеи курения с такими понятиями, как молодость, красота, жизненный успех, победа в значительной степени укрепляет социально-психологическую мотивацию приобретения вредной привычки.

Кроме того, у многих старшеклассников курение уже вошло в привычку, формируется зависимость от табака. Молодые люди начинают понимать, как трудно отказаться от курения, даже если знаешь, что это вредно для здоровья. Таким образом, в старшем школьном возрасте особо важна тема отказа от курения. Еще одна проблема, связанная с курением и алкоголизмом актуальная для юношества, - это проблема здоровья и красоты женщины, деторождения, материнства и охраны матери и ребенка от пагубного влияния табачного дыма. Поэтому составляющей частью воспитательной работы со старшеклассниками должно стать их ознакомление с основами супружества, материнства и отцовства.

Но здесь нельзя "переусердствовать" - слишком сильный нажим может привести к противоположному результату, поскольку у школьников все еще силен мотив негативного поведения, противопоставления себя миру взрослых. Так, например, рассказывая о том, что курящая девушка становится непривлекательной, можно встретить оппозицию - реальные примеры из жизни старшеклассниц противоречат такому утверждению, что в свою очередь вызывает недоверие и ко всей остальной информации о вреде курения. Лучше сообщить, строго придерживаясь фактов, что табачный дым оставляет налет на зубах, портит волосы и т.д. При этом важно постоянно подчеркивать, что отказ от курения позволяет восстановить утраченную привлекательность, и чем раньше это произойдет, тем лучше для сохранения внешности. А вот высказывания учителя и тематические беседы о влиянии курения на здоровье будущих детей не должны допускать компромисса.

Надо особо отметить недопустимость курения во время беременности и грудного вскармливания, так как это касается не личного пристрастия женщины, а жизни и здоровья ребенка, нарушения его права на здоровье.

Другой аспект, на котором следует акцентировать внимание учащихся, - вред пассивного курения и ответственность курильщика перед окружающими и членами семьи. Тезис здесь такой - курение перестает быть личным делом каждого, если оно вторгается в жизнь других людей. Этот тезис может найти свое развитие в дискуссиях о правах курящих и некурящих или о том, могут ли дети упрекать родителей за курение.

Говоря о возрастных особенностях, психологических факторах риска развития вредных привычек, важно понимать, что они способны только потенциально приобщить ребенка к табакокурению, другим психоактивным веществам. Реализуется или нет этот потенциал - зависит от взрослых, окружающих ребенка. Если родители сумеют вовремя научить ребенка регулировать свое состояние, удовлетворять потребность в получении удовольствия за счет источников, не разрушающих физическое и психическое здоровье, то даже его предрасположенность к негативным влияниям не сыграет своей печальной роли.