



## **Пояснительная записка.**

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от ребенка, подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Современные школы столкнулись с новыми проблемами, захлестнувшими общество: подростковая преступность, наркомания, токсикомания. Эти проблемы носят общественный характер.

Потребление ПАВ имеет негативные, социально-экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни, как отдельного человека, так и популяции в целом.

Образовательные учреждения, учреждения культуры и спорта, осуществляя социальную защиту, должны дать учащимся знания об их правах, о социальных гарантиях и социальных нормах. Отсюда и вытекает актуальность разработки программы на современном этапе образования и воспитания детей и подростков.

**Актуальность программы.** В настоящее время злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами приняло характер эпидемии. По данным всемирной организации здравоохранения, суммарное количество больных с заболеваниями, вызванными приемом различных психоактивных веществ, за исключением курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек.

Самым главным щитом, препятствующим этим негативным явлениям среди детей и подростков, является семья, которая не всегда с успехом решает эту проблему. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости от ПАВ остается педагог. Именно он знает о насущных проблемах ребенка, именно в школе существует реальная возможность осуществления целенаправленного и систематического привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроля за их усвоением; влияние на уровень притязаний и самооценку учащихся; свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации; возможность привлечения специалистов по профилактике.

Перед образовательными учреждениями стоит множество целей и задач, связанных с организацией и совершенствованием воспитательного процесса. Например, формирование социально-активной личности, культуры здорового образа жизни, активное вовлечение семьи в процесс воспитания, обеспечение деятельности детских объединений и кружков по интересам, формирование толерантности и способности к осознанному выбору у обучающихся, сопротивление вредным, асоциальным привычкам.

С учетом актуальности данной проблемы, разработанная целевая программа по профилактике наркомании и формированию здорового образа жизни среди несовершеннолетних на 2017-2020 гг. предполагает решить проблему роста употребления наркотиков и алкоголя подростками, повысить осознание ими проблемы ПАВ; сформировать модель личностного развития ребенка.

### **Цели программы:**

- профилактика и сокращение распространения наркомании и связанных с ней правонарушений;
- формирование здорового образа жизни;
- адаптация подростков в социуме;
- формирование личностных нравственных качеств подростка.

### **Задачи:**

- предоставить детям и подросткам объективную и научную информацию о психоактивных веществах;
- определить специфику наркомании как особого социально-психологического феномена;
- выявить социально-психологические причины распространения наркомании в детской и подростковой среде;
- обосновать систему педагогических условий предупреждения детской и подростковой наркомании;
- разработать систему педагогических средств, направленную на предупреждение наркомании в рамках работы образовательного учреждения;
- определить круг специалистов, работа которых повысит эффективность разработанной системы мер по профилактике наркомании;
- способствовать формированию положительного «образа – Я»;
- развивать навыки самоуважения;
- способствовать воспитанию патриотических гражданских качеств и толерантности у подростков через организацию социально значимой деятельности;
- научить навыкам анализа чувств и преодолению стресса;
- привить навыки эффективного общения;
- способствовать осознанию детьми и подростками своих ценностей;
- сформировать навык принятия обоснованных решений;
- сформировать навыки постановки и достижения цели;
- сформировать навыки сопротивления социальному давлению.

## Концепция программы

Данная программа основана на концепции, которую без труда можно объяснить детям, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие «единого целого», т.е. здоровье следует понимать как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого, каждую составную часть необходимо рассматривать в контексте понятия «здоровья в целом».

В целом важен каждый из аспектов здоровья, каждый влияет на все остальные. Каждый аспект освещается в данной программе с целью довести до детей и подростков принципы здорового образа жизни. Здоровье – это состояние полного физического, умственного, социального, личностного, духовного, эмоционального и интеллектуального благополучия человека.

Программа сопровождает процесс становления и развития личности школьника и охватывает возраст от 7 до 18 лет.

### **«Полезные привычки»: 7-10 лет.**

**Цель:** предупредить или отсрочить употребление табака и алкоголя детьми.

#### **Задачи:**

- дать учащимся необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе; способствовать формированию положительного отношения к здоровому образу жизни
- способствовать формированию навыков ответственного поведения;
- дать первичные трудовые навыки через вовлечение в творческую деятельность.



**«Полезные навыки»: 11 – 15 лет.**

**Цель:** предупредить употребление ингалянтов и наркотиков подростками.

**Задачи:**

- дать учащимся необходимые по возрасту знания об ингалянтах, наркотиках и ВИЧ;
- способствовать формированию отрицательного отношения к употреблению наркотиков;
- способствовать формированию навыков ответственного поведения;
- формировать трудовые навыки средствами участия в летнем трудовом лагере, а также в спортивной жизни школы.



**«Полезный выбор»: 16-18 лет.**

**Цель:** создание условий для профессионального самоопределения подростков, предпрофильной подготовки и профильного обучения.

**Задачи:**

- дать необходимые знания о современных профессиях;
- научить выбирать профессию в соответствии со своими интересами, способностями, возможностями и особенностями;
- формировать положительное отношение к будущей профессии.



## Принципы программы

### **Комплементарное взаимодействие:**

- органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной системы профилактики наркомании;
- специалистов различных профессий, так или иначе имеющих отношение к работе с детьми (педагоги, психологи, врачи, наркологи, социальные педагоги, работники комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, инспектора подразделений по делам несовершеннолетних);
- органов управления образования (на федеральном, региональном, муниципальном уровне).

**Дифференцированность:** дифференциация целей, задач, методов и форм работы с учетом:

- возраста детей;
- степени вовлеченности в наркогенную ситуацию.

**Аксиологичность:** формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

**Многоаспектность:** сочетание различных направлений профилактической работы:

- социальный аспект (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению алкоголя и наркотических веществ);
- психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков «быть успешным», самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);
- образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

**Легитимность:** профилактическая работа должна осуществляться в рамках правовой базы (с учетом нормативных актов о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой, а также прав и обязанностей детей и молодежи).



**Преимственность:** этот принцип включает в себя два взаимосвязанных аспекта:

- согласованность профилактических мероприятий, проводимых различными учреждениями;
- анализ, обобщение и использование уже существующих технологий профилактики наркомании (знакомство с опытом зарубежных и отечественных педагогов, практикой работы общественных организаций и других образовательных учреждений);

**Непрерывность:** профилактическая работа не должна ограничиваться только временем пребывания ребенка в школе, что обеспечивается привлечением к работе системы дополнительного образования.

**Систематичность:** работа по профилактике должна вестись систематически, а для этого все принимаемые меры должны быть сведены в систему, где каждая отдельная мера согласуется с другой, не противоречит ей, вытекает одна из другой. (Схема № 2)

### **Участники программы**

Педагоги, социальный педагог, педагог-психолог школы, представители общественности, правоохранительных органов, учреждений культуры и спорта, здравоохранения.

### **Направления программы**

**1. Информационно-просветительская направленность** – представление объективной информации о наркотических веществах, их воздействии на человека и последствиях употребления с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

**Формы работы:** месячники, профилактические недели, кинолектории, конференции, акции, лекции, беседы, круглые столы.

**2. Профессиональная ориентация** - работа по предпрофильной подготовке и профильное обучение.

**Формы работы:** занятия по предпрофильной подготовке в 9-х классах, вовлечение детей в кружки и творческие объединения технической, информационной, художественной, эстетической, спортивной, военно-патриотической, экологической и др. направленности.

**3. Духовно-нравственное воспитание** - духовное развитие личности школьника, привитие ему основополагающих принципов нравственности на основе православных, патриотических, культурно-исторических традиций, толерантности, национальной солидарности народов России.

**Формы работы:** классные часы, социальные проекты, акции милосердия, лектории, конференции.

**4. Здоровьесберегающая деятельность** – формирование установок на поддержание здорового образа жизни.

**Формы работы:** анкетирование детей «группы риска», Дни здоровья, веселые старты, малые школьные спартакиады, тренинговые занятия, кинолектории, круглые столы, лекции, часы коммуникативного общения, организация летних пришкольных лагерей.

**5. Воспитание патриотизма и гражданственности** – формирование у детей и подростков высокого патриотического сознания, возвышенного чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

**Формы работы:** вовлечение обучающихся в исследовательскую, поисковую и клубную работу «Никто не забыт, ничто не забыто»; привлечение обучающихся к занятиям в секциях и соревнованиях по военно-прикладным видам спорта (стрельба, вольная борьба, самооборона и др.); проведение военно-спортивных игр «Зарница», «Семеро смелых», а также акций, конкурсов, соревнований.

**6. Взаимодействие с социумом** – объединение усилий участников программы по формированию стремления у детей и подростков к здоровому образу жизни, осознанию физического и духовного здоровья как одной из главных жизненных ценностей, способности адаптироваться в окружающем мире, сделать правильный нравственный выбор.

**Формы работы:** проведение акций антинаркотического содержания, рейдов по предупреждению и выявлению нарушений правопорядка; профилактика и выявление детей, подростков «группы риска», вовлечение их в творческую, трудовую и досуговую деятельность.

**7. Социально-педагогическое, психологическое и методическое сопровождение** – создание условий для эффективного взаимодействия всех участников программы по ее реализации.



**Формы работы:** своевременное выявление проблем у обучающихся, подверженных вредным привычкам и оказание им необходимой помощи; организация консультаций в школе по работе с проблемными детьми, их родителями и педагогами; организация профилактических бесед и лекций, встреч со специалистами по проблемам наркомании, алкоголизма, токсикомании и правонарушений; подготовка педагогов к ведению профилактической работы; работа с различными организациями, ответственными за осуществление антинаркотической профилактики (на федеральном, региональном и муниципальном уровнях); организация взаимодействия между школой и субъектами профилактики: родительской общественностью, библиотеками, общественными организациями, учреждениями здравоохранения, учреждениями дополнительного образования.

В соответствии с вышесказанным, можно выделить **три основных направления по профилактике наркомании в работе с группами:**

### ***1. Работа с детьми.***

- Общая воспитательная педагогическая работа с детьми;
- Работа с детьми «группы риска»;
- Пропаганда ЗОЖ, беседы об отрицательном действии вредных привычек на растущий организм;
- Проведение тематических мероприятий, посвященных борьбе с наркоманией и дней профилактики курения и алкоголизма среди обучающихся.
- Лекции, беседы, просмотр и обсуждение видеофильмов
- Выступления в СМИ, направленные на профилактику употребления ПАВ.
- Конкурсы рисунков, плакатов.
- Проведение акций и проведение тренингов среди «трудных» подростков.

### ***2. Работа с родителями.***

- Проведение классных и общешкольных родительских собраний.
- Выявление и работа с неблагополучными семьями, где родители систематически употребляют спиртные напитки.
- Индивидуальные консультации и тематические встречи с родителями «трудных» подростков.

- Социально-педагогические рейды в микрорайоне.

### **3. Работа с педагогами.**

- Социально-педагогические рейды в семьи обучающихся.
- Проведение семинарских занятий, круглых столов, конференций:
  - роль семьи в профилактике безнадзорности, правонарушений и злоупотребления психоактивными веществами среди подростков;
  - психологические понятия и знания о психологии развития личности подростка;
  - особенности подросткового возраста и формирование «факторов защиты», препятствующих употреблению ПАВ;
  - проблемы зависимости подростков от наркотиков и превентивные меры по профилактике наркозависимости. ( **Схема № 4** )

#### **Планируемый результат.**

1. Снижение активности «факторов риска» и повышение действенности «защитных факторов», препятствующих употреблению ПАВ среди детей и подростков.
2. Формирование негативного отношения к употреблению ПАВ, табака и алкоголя.
3. Получение необходимых знаний по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании и способов самозащиты.
4. Обучение навыкам социально поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с подростками.
5. Формирование социальной культуры как способности к сознательному, личностному профессиональному самоопределению.
6. Обеспечение занятости «детей группы риска» трудовой и творческой деятельностью.
7. Формирование у подростков нравственных качеств, чувства эмпатии, представлений об общечеловеческих ценностях, морально-волевых качествах, здоровом образе жизни.
8. Привитие высокого чувства патриотизма, активной гражданской позиции.

## **Этапы реализации программы.**

### **I этап. Социометрическая диагностика (мониторинг)**

**Время проведения:** сентябрь – октябрь 2017 г.

**Цель:** изучение существующих в детской и подростковой среде тенденций употребления наркотических веществ.

#### **Задачи:**

- определить степень информированности детей и подростков по данной проблеме;
- выделить факторы, влияющие на формирование позитивного отношения к употреблению наркотиков;
- определить степень занятости детей в творческих объединениях, кружках, спортивных секциях;
- сделать выводы о степени вовлеченности подростков в проблему и выделить основные целевые группы для дальнейшей работы;
- выявление детей «группы риска».

#### **Методы:**

- изучение материалов общероссийских, областных и районных социологических исследований с целью получения информации о состоянии проблемы наркомании в целом;
- опрос и анкетирование (анонимное) детей и подростков с целью изучения состояния проблемы в школе в процессе работы с определенной группой детей, в школе в целом.

**Значение этапа:** анализ результатов анкетирования (на основании предлагаемой анкеты) позволяет сделать выводы о степени вовлеченности обучающихся в проблему и выделить три целевые группы:

- подростки, имеющие опыт употребления наркотических веществ;
- подростки, имеющие позитивное отношение к употреблению наркотиков;
- подростки, имеющие четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков.

## **II этап. Организационно-практический.**

**Время проведения:** ноябрь 2017-май 2020 гг.

**Цель:** реализация антинаркотической работы и поддержание здорового образа жизни обучающихся.

### **Задачи:**

- представить детям и подросткам объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке, алкоголе и наркотиках;
- способствовать увеличению знаний обучающихся путем обсуждения проблем, связанных с наркоманией;
- способствовать пониманию собственных проблем и критическому отношению к поведению в обществе;
- создать условия для формирования у детей и подростков культуры выбора, научить их принятию ответственных решений;
- обеспечить комплементарное взаимодействие базового и дополнительного образования в предпрофильной и профильной подготовке обучающихся.

### **Методы:**

- информационный;
- метод формирования поведенческих навыков (анализ и проигрывание конкретных жизненных ситуаций);
- конструктивно-позитивный метод (организация тренингов, направленных на повышение психологической устойчивости).

### **Значение этапа:**

- развитие у обучающихся таких жизненных навыков, как, например, навыки принятия решения, общения, ответственного поведения, противостояния стрессам, сопротивления негативным социальным влияниям.
- формирование потребности в здоровом образе жизни, осознание ценности собственного здоровья и ответственности за него;
- выработка активной жизненной позиции.

### **III этап. Заключительный.**

**Время проведения:** апрель-май 2020 г

**Цель:** определение эффективности разработанной системы профилактики наркомании.

#### **Задачи:**

- выделить основные недостатки и достижения в проделанной работе;
- определить изменения личностной позиции обучающихся в отношении к проблеме наркомании;
- определить дальнейшее направление работы по предупреждению наркомании.

#### **Методы:**

- анализ информационной, отчетной документации;
- опрос, беседа;
- анкетирование (анонимное).

#### **Значение этапа:**

- позволяет обобщить и систематизировать информацию, накопленную в процессе проведения антинаркотической профилактической работы;
- сделать выводы об эффективности предлагаемой системы профилактики;
- на основе выделенных тенденций и закономерностей осуществить планирование дальнейшей работы по профилактике наркомании;
- сформировать активную жизненную позицию, исключающую использование наркотиков и алкоголя в качестве средства ухода от жизненных проблем.

## Содержание программы

Направления деятельности	Воспитательные задачи	Основные формы	Мероприятия
<p><b>Информационно-просветительская направленность</b></p>	<p>1) Выявление факторов (показателей), влияющих на вероятность приобщения детей и подростков к наркотической среде.</p> <p>2) Организация профилактики по снижению активности факторов риска и повышению действенности защитных факторов в образовательной и социокультурной среде.</p> <p>3) Достоверное информирование детей и их семей о вреде употребления ПАВ и способах защиты.</p> <p>4) Формирование негативного отношения к употреблению ПАВ, табака и алкоголя.</p> <p>5) Создание условий для формирования у детей культуры выбора, ответственного принятия решений.</p>	<p>Месячник «Нет наркотикам!»</p> <p>Профилактически е недели</p> <p>Кинолекторий</p> <p>Научно-практические конференции</p> <p>Акции</p> <p>Лекции</p> <p>Беседы</p> <p>Круглые столы</p> <p>Тренинговые занятия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Работа с педагогами:</b> круглый стол «Наркотическая паутина в молодежной среде».</li> <li>• <b>Работа с родителями:</b> Родительские собрания «Подросток и наркотики», «Безопасное детство», «Семья как фактор сохранения физического и психического здоровья детей», «Причины преступности, безнадзорности и беспризорности обучающихся.» «Курить или не курить?» Анкетирование «Что я знаю о наркотиках». Участие в заседание родительского клуба по формированию здорового образа жизни Круглый стол «Встреча с работниками правоохранительных органов». Индивидуальные тематические консультации «Как уберечь ребенка от наркомании, алкоголизма и токсикомании».</li> <li>• <b>Работа с обучающимися:</b> Выпуски информационных стенгазет, распространение брошюр и памяток. Профилактическая беседа: «Бездна.в которую надо заглянуть» «Наркотики и здоровье». «Правда и ложь об алкооле». Час с социальным педагогом «Сделай правильный выбор!» Встреча с сотрудниками МВД «Правонарушения и ответственность за них», «Уголовная ответственность» «Времяпровождение несовершеннолетних»». Встреча с сотрудниками МВД «Неделя правовых знаний» Беседа с наркологом «Употребление наркотиков и его последствия». Диспут «Легко ли бросить курить?»</li> </ul>



<p><b>Профессиональная ориентация</b></p>	<p>1) Развитие ресурсов личности ребенка, его поддержка и помощь в самореализации.  2) Организация предпрофильной подготовки обучающихся;  3) Организация досуга в культурно-просветительских и спортивных учреждениях.  4) Организация занятости «детей группы риска» трудовой и творческой деятельностью.  5) Формирование социальной культуры как способности к сознательному, личностному, профессиональному самоопределению.  6) Формирование социальной компетентности и опыта конструктивного, творческого отношения к трудовой, общественно-значимой деятельности.</p>	<p>Занятия по предпрофильной подготовке  Обучение в школьных кружках и объединениях технической, информационной, художественной, эстетической, спортивной, экологической направленности.  Благотворительные акции.  Социальные проекты.  Круглые столы и встречи с людьми различных профессий.</p>	<p>Встречи с представителями училищ, лицеев, колледжей и техникумов района и области  Выпуск информационного стенда «Путеводитель абитуриента»  Познавательная игра в начальной школе «Все профессии нужны! Все профессии важны!»</p> <p>«Сто вопросов взрослому» - встреча с представителями пожарный, спасатель, военный, инженер  Тематические классные часы «Увлекательный мир профессий».  Интегрированная деловая игра «Собеседование».  Выставка-ярмарка изделий, изготовленных обучающимися в рамках производственного обучения.  Экскурсии на предприятия района</p>
---	--	--	---

<p style="text-align: center;"><b>Духовно- нравственное воспитание</b></p>	<p>1) Формирование духовно-нравственных ориентиров на основе традиционных общечеловеческих и христианских ценностях.</p> <p>2) Воспитание у школьников чувства прекрасного, формирование эстетических вкусов и идеалов.</p> <p>3) Формирование потребности самообразования, самовоспитания своих морально-волевых качеств.</p> <p>4) Раскрытие определяющей роли православия в становлении культурных и духовно-нравственных традиций русского народа, гражданских основ Российского государства.</p> <p>5) Воспитание чувства патриотизма, активной гражданской позиции.</p>	<p>Беседы Анкетирование Лекции Акции милосердия Культурно-просветительские циклы</p> <p>Беседы с родителями:· -«Правовое воспитание в семье. Роль родителей в становлении гражданственности подростка». -«Что значит быть гражданином». -«Права и обязанности ребенка в семье». -«Правовые знания и их значение в жизни семьи». -«Конвенция о правах ребенка».</p>
--	---	--

<p><b>Здоровьесберегающая деятельность</b></p>	<p>1) Создание условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья обучающихся.  2) Воспитание негативного отношения к алкоголю, табаку и наркотическим веществам.  3) Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни.</p>	<p>Анкетирование.  Дни здоровья.  Декады безопасности  Веселые старты.  Тренинговые занятия.  Кинолектории.  Круглые столы.  Лекции.  Часы коммуникативного общения.  Организация летнего пришкольного лагеря.</p>	<p><i>Работа с обучающимися:</i>  Анкетирование детей «группы риска» «Отношение к употреблению наркотиков»</p> <p>Классный час: «Регулирование улиц и дорог».  Урок: «Безопасность на дороге»  Викторины: «Азбука безопасности», «Опасные и эстремальные ситуации. Помоги себе сам!»  Участие в районном соревнованиях «Президентские игры»  Спортивно-развлекательная игра «Веселые старты»  Зимние забавы  Соревнования по баскетболу, волейболу и теннису  Легкоатлетические кроссы  Коррекция девиантного поведения подростков.  Тренинговые занятия по устранению дезадаптации уч-ся 1-5 классов  Мероприятие: «Мы – за здоровый образ жизни».  Школьные и районные соревнования по шахматам, шашкам, волейболу, баскетболу</p>
--	---	--	--

<p style="text-align: center;"><b>Воспитание гражданственности и патриотизма</b></p>	<p>1) Создание условий, способствующих патриотическому, интеллектуальному, духовному и физическому развитию личности юного гражданина России.</p> <p>2) Воспитание бережного отношения к героическому прошлому нашего народа, землякам.</p> <p>3) Формирование гражданского отношения к Отечеству.</p> <p>4) Воспитание верности духовным традициям России.</p> <p>5) Развитие общественной активности, воспитание сознательного отношения к народному достоянию, уважения к национальным традициям.</p> <p>6) Воспитание чувства патриотизма, сопричастности к героической истории Российского государства, формирование у подрастающего поколения верности Родине, готовности служению Отечеству и его вооруженной защите.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Встречи с ветеранами ВОВ, Афганистана, чеченских событий.</p> <p>Празднование Дней Воинской Славы России.</p> <p>Конкурсы.</p> <p>Акции милосердия.</p> <p>Тематические праздники.</p> <p>Фестивали.</p>	<p>Цикл мероприятий, посвященных 200-летию победы русских войск в Отечественной войне 1812 года (по отдельному плану)</p> <p>«Овеянные славой Флаг наш и герб»;</p> <p>«Я – гражданин России»;</p> <p>Дни русской культуры «Россия – Русь, храни себя, храни»; Духовные истоки побед русского оружия; Час общения «Урок Гагарина», «Прикоснуться к вечному».</p> <p>Встреча, посвященная Дню памяти погибших в Афганистане и других «горячих» точках;</p> <p>Встреча с ветеранами битвы за город Смоленск.</p> <p>Славные страницы истории;</p> <p>«Песни в военных шинелях»;</p> <p>Турнир знатоков истории Великой Отечественной войны;</p> <p>День защитников Отечества;</p> <p>Государственный праздник «День согласия и примирения»;</p> <p>Военно-спортивный праздник «Сильные, смелые, ловкие».</p>
--	--	--	--

## Используемая литература

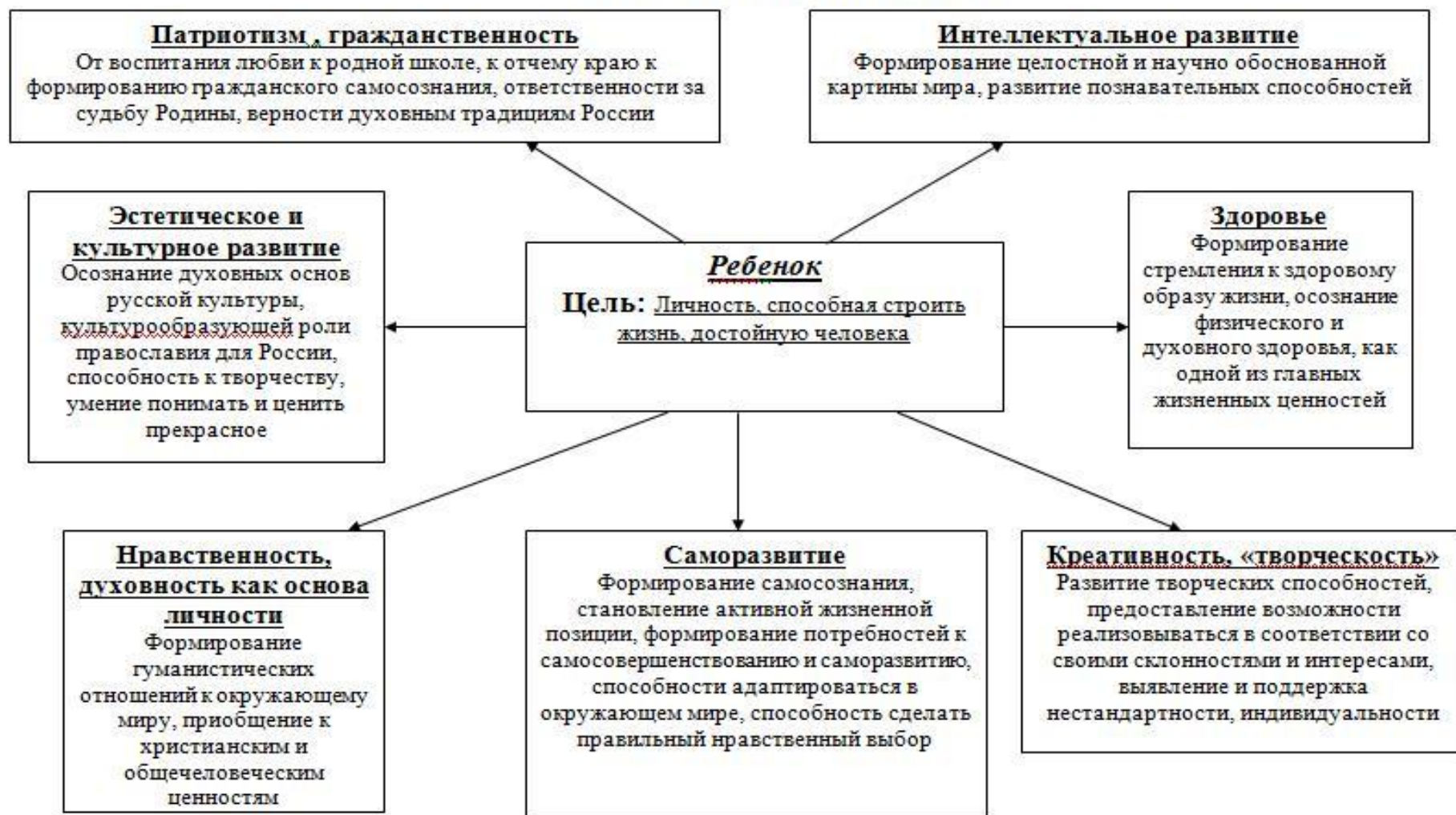
1. *Белогуров С.Б.* Популярно о наркотиках и наркоманиях. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб: Невский Диалект, 2000.
2. *Волкова С.В., Бабенко Л.И., Российская Ю.Н.* Методическое руководство по обеспечению первичной профилактики табакокурения среди несовершеннолетних (социальный аспект) Москва 2004.
3. *Глушакова Т.С.* Спасение от ВИЧ/СПИДа – здоровый образ жизни!!!. Москва 2010г.
4. Диагностика и коррекция нарушений социальной адаптации подростков. Социальное здоровье России 2003 г.
5. Как помочь ребенку войти в современный мир? / Под ред. Т.В. Антоновой. М., 2005.
6. *Кле М.*, Психология подростка (психосексуальное развитие). М., 1991.
7. *Клюева Н.В., Свистун М.А.* Программа социально-психологического тренинга. Ярославль.: Содействие, 1992.
8. *Колесов Д.В.* Не допустить беды: о сущности и профилактике наркомании и токсикомании. М., 1988.
9. *Кон К.С.* Психология ранней юности. М., 1989.
10. *Котляков В.Ю.*, Профилактика наркозависимости в школе. Смоленск 2007.
11. *Личко А.Е., Битенский В.С.* Подростковая наркология. Л.: Медицина, 1991.
12. *Люттов Е.К., Монин Г.Б.* Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб.: Речь, 2000.
13. О вреде наркотиков. Выявление и профилактика наркомании в подростково-юношеском возрасте. Профилактические рекомендации. Омск, 1999.
14. *Панкратов В.Н.*, Психология успешного взаимодействия: Практические рекомендации. М., 1999.
15. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях. М.: ВАКО, 2007.
16. Популярная психология для родителей / Под ред. А.С. Спиваковской. СПб, 1998.
17. *Ремшмидт Х.*, Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. М., 1994.
18. *Риэрдон Б.Э.*, Толерантность — дорога к миру. М.: Бонфи, 2001.

19. *Селевко Г.К., Назарова И.Г., Ленина О.Г.* Утверждай себя. М.: Народное образование, 2001. (Самосовершенствование личности).
20. *Сикевич З.В.* Этносоциология: национальные отношения и межнациональные конфликты. СПб, 1994.
21. *Сирота Н.А., Ялтонский В.М, Хажилина И.И. и др.* Профилактика наркомании у подростков. М., 2001.
22. *Шишкова Т.А.*, Осложненное поведение подростков. Психолого-педагогическое сопровождение, коррекция: справочные материалы. М.: 5 за знания, 2006.
23. *Шурман С.Г.*, Как избежать конфликтов с детьми: Из опыта работы психолого-педагогической службы. М.: Педагогика, 1989.
24. «Организация профилактики наркозависимости в образовательном учреждении» Методическое пособие для педагогов и родителей – Смоленск:СОИРО, 2011





**Модель личностного развития ребенка в контексте программы «Путь к самому себе».**  
**Цель и задачи воспитания в связи с заданными качествами**  
**и направлениями развития личности**



**Методический материал  
для внеклассной работы**

**ПАМЯТКИ**  
**для использования в**  
**информационно-**  
**просветительской работе с**  
**участниками**  
**образовательного процесса**

## **Психологический тренинг «Зависимость».**

*Количество участников : 10-15 человек, продолжительность — 1,5 часа.)*

*Цель:* формирование позитивного образа собственного будущего, свободного от употребления ПАВ.

*Задачи:* развитие представлений о том, что употребление ПАВ ограничивает возможности жизненного выбора; формирование негативного отношения к употреблению ПАВ.

### **1 упражнение. «Дирижер оркестра».**

*Цель:* установление контакта, эмоциональная стабилизация группы.

*Задачи:* построение отношений, погружение в работу.

*Ход игры.*

Все встают и хлопают в ладоши: громче, тише, глядя на дирижера.

Дирижер поднимает руки вверх, опускает.

Примечание. Роль дирижера необходимо исполнить каждому участнику занятия.

### **2 упражнение «Марионетка».**

*Цель:* переживание телесных ощущений в отношениях зависимости-независимости, телесных ограничений.

*Задачи:* осознание телесных переживаний зависимости от других людей.

*Ход игры.*

Два участника - кукловоды, один - кукла «Марионетка», который не может ничего делать. Задача кукловодов - переместить куклу на другое место. Примечание. В эту игру должны поиграть все, чтобы получить опыт марионетки.

*Вопросы:*

1. Что Вы чувствовали, когда были марионеткой?

2. Какие возникали желания?

3. Понравилось ли тебе быть куклой в чужих руках? Вывод: если ты что-то и хотел, то ни на что не смог повлиять. Как правило, взрослые люди испытывают дискомфорт, находясь в зависимости от чужой воли. Их цели вступают в противоречие с целями других.

### **3 упражнение «Мозговой штурм».**

Обсуждение понятия «Зависимость» в кругу.

*Вопросы:*

1. Какие чувства вызывает у тебя понятие зависимость?

(Акцент на отрицательные оттенки чувств понятия «Зависимость»). Есть ли состояние, противоположное зависимости?

2. Хотели бы Вы стать свободными и независимыми, когда станете взрослыми?

3. Давайте попробуем перечислить профессии, которые дают человеку возможность быть независимым материально, творчески и т.п. (На доске записываются высказывания детей.)

*Вывод:* Любой из Вас может стать спортсменом, актером. Банкиром..., но есть люди, которые могут стать никем. Почему? Кто эти люди?

#### **4 упражнение. «Разговор о наркоманах».**

*Цель:* развитие навыков социальной ориентации, критического отношения к употреблению ПАВ.

*Задачи:* осознание ограниченности и неспособности к социализации наркоманов.

На доске или на ватмане (заранее) построена таблица.

Утверждение: употребление ПАВ ведет к...	всегда	часторедко	
...ухудшению здоровья			
...потере дружеских отношений с родителями			
...потере друзей			
...уголовной ответственности			
...физической и духовной зависимости			
...снижению успехов в любой деятельности			
...потере возможности работать			
...денежным проблемам			
...контакту с криминалом			
...духовно-нравственной бедности			
...потере внешнего облика			
...преждевременной смерти			

Работа с таблицей



1. Обсуждение результатов заполнения таблицы, формирование и анализ группового отношения к употреблению ПАВ. (Примечание: следует опираться на соответствующие эмоции детей. Не следует показывать портрет наркомана.)

Вопросы:

1. Попробуйте представить зависимого человека. Каким он будет человеком? Родителем? Как сложится его профессиональная карьера? Какие у него перспективы? Какие чувства вызывает этот человек?

2. Назовите профессию, где может преуспеть наркоман?

Вывод. Человек, зависимый от наркотиков, вызывает брезгливость и презрение. Максимум, на что он может рассчитывать, - на нашу жалость.

### **5 упражнение «Интервью».**

*Цель:* рефлексия групповой работы

*Задачи:* принятие решения, осмысление и высказывание собственного отношения к проблеме.

*Инструкция.* «Прошло много лет, и Вы достигли того, о чем мечтали, приехали на встречу выпускников. Вас пригласили на ТВ передачу, посвященную проблеме употребления ПАВ. У Вас есть одна минута, чтобы сказать пожелания школьникам».

(Высказываются на круг от лица человека той профессии, которую выбрали.)

# НАРКОМАНИЯ КАК СОЦИАЛЬНО ОПАСНОЕ ЯВЛЕНИЕ

## Лекция с элементами тренинга для обучающихся 9-11 классов.

**Цель:** повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с употреблением ПАВ.

**Задачи:** развитие представлений о том, что употребление ПАВ ограничивает возможности жизненного выбора; формирование негативного отношения к употреблению ПАВ.

В России наркомания давно уже стала социально опасным явлением, но в последние годы она превратилась в настоящее национальное бедствие. Сегодня эпидемия этой болезни охватывает всю территорию страны без исключения, она проникает в самые глухие и отдаленные уголки России и, что самое тревожное, она поражает прежде всего молодых людей, подростков и даже детей, то есть угрожает не только нашему настоящему, но и будущему. Распространение этой болезни сегодня приняло характер социального взрыва, катастрофы.

Наркомания — смертельное заболевание, при котором хроническое, прогрессирующее влечение к наркотику настолько сильно, что без лечения прекратить его употребление невозможно. Болезненное пристрастие к наркотику возникает потому, что он изменяет в организме химическое равновесие гормонов настроения (эндорфинов).

Вопросы: 1. Как вы думаете, почему люди начинают употреблять наркотики? (Записать на доске: повысить настроение, для кайфа, для интереса, для смелости, забыться, так легче общаться, снять боль, за компанию, чтобы расслабиться, снять комплексы, для вдохновения, от горя...).

2. А как Вы думаете, что можно делать, чтобы решать те же самые проблемы и достичь этих же ощущений не употребляя наркотиков? (Высказывания записываются на доске: попеть, послушать музыку, встретиться с друзьями, поиграть на компьютере, сходить на природу, в бассейн, на дискотеку, посмотреть интересный фильм...)

Наркотики – это вещества, обладающие способностью изменять работу клеток головного мозга и тем самым вызывать ложное чувство удовольствия и приподнятое настроение. Одновременно любой наркотик — это яд, причем яд очень коварный. Он поражает практически все органы и клетки. Но если принимать наркотик в небольших дозах, как это делают при первом приеме, его отравляющее действие заметно не сразу. Повреждения накапливаются постепенно, и ухудшение состояния здоровья замечают только после нескольких приемов. Однако прекратить принимать наркотик человек уже не

может, потому что попал в зависимость от него. Если же он по какой либо причине примет слишком большую дозу, то погибнет от отравления, точно также, как при отравлении другим ядом. Многие, наверное, слышали или читали, что наркоманы часто умирают от передозировки. Несмотря на все это, люди продолжают принимать наркотики.

В чем заключается коварство наркотиков? Прежде всего в том, что они поражают психику человека. Надо помнить, что уже после первого приема человек изменяется — это уже не прежний человек, а другой, с измененной психикой. После первого приема наркотика в головном мозге формируется так называемый центр влечения к наркотикам — группа клеток головного мозга, образно выражаясь, «сошедших с ума». Сформировавшись, наркотический центр перестраивает работу всего головного мозга, подавляет самоконтроль, вызывает непреодолимую тягу к наркотику, заставляя вновь и вновь его принимать. Если до приема наркотика человек еще способен сомневаться, помнить об опасностях, говорить себе «я попробую только один раз», то даже после однократного приема его мысли и желания изменяются. Из-за того, что наркотик обладает способностью подавлять внутренний самоконтроль, чувство опасности исчезает. Начинаящий наркоман думает: «Вот я попробовал, и ничего страшного не произошло, только зря пугали». А через некоторое время он решит, что ничего страшного не случится, если он попробует еще один раз. Самое страшное в наркомании то, что наркоманы слишком поздно понимают, что они не просто балуются наркотиками, а уже не могут без них. Иногда пристрастие развивается через полгода, через 2-3 месяца, нередко человек становится зависимым после первой инъекции. По данным медиков, у 30-50% подростков психическая зависимость развивается уже после первого приема наркотика. Что будет в конкретном случае с тем или иным человеком, никому не известно. И поэтому не стоит говорить: «Я могу попробовать тот или иной наркотик, и ничего страшного не случится». Наркотики для большинства «попробовавших» становятся очень серьезной проблемой. Отсюда следует самый главный вывод: единственно верный способ не стать наркоманом — не пробовать наркотик вообще никогда, ни одного раза.

Повторный, а иногда и однократный прием наркотика в некоторых случаях формирует признаки первой стадии наркомании — индивидуальную психическую зависимость.

Психическая зависимость — болезненное стремление принимать препарат, с тем чтобы испытать определенные ощущения или снять явления психического дискомфорта. Психическая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков. Ее признаки: ясно выраженное постоянное желание продолжать употребление данного вещества, добывая его любыми путями; тенденция увеличивать дозу приема, обнаруживая рост устойчивости, возникновение индивидуальных социальных проблем. Перерыв употребления наркотика вызывает чувство тревоги и напряжения, но нет тяжелого физического дискомфорта. Внешние проявления сформировавшейся психической зависимости - создание соответствующего круга общения с

людьми, злоупотребляющими наркотиками, начало употребления наркотического средства в одиночку и поиск заменителей в случае его отсутствия.

Субъективные проявления первой стадии зависимости - постоянное стремление к повторному употреблению интоксикантов, нарушение сна, но главное — снижение настроения, раздражительность, неспособность сконцентрировать внимание, депрессия, угасание рефлексов (например, рвотного при чрезмерной дозировке). Начиная с первой стадии и на всем протяжении болезни, растет толерантность к наркотику, а, следовательно, требуется непрерывное увеличение принимаемой дозы для достижения ожидаемого состояния. В некоторых случаях наблюдается социальная дезадаптация. Если человек продолжает принимать наркотик, то со временем у него развивается и физическая зависимость. Что это такое?

Наркотик оказывает сильное отрицательное воздействие на все клетки организма. Пытаясь приспособиться к его постоянному присутствию, организм вынужден изменять нормальный обмен веществ с учетом включенного в него наркотика. Иными словами, наркотик становится «штатным» участником обмена веществ, а его отсутствие приводит к нарушению работы всех клеток и всего организма. Физическая зависимость характеризуется непреодолимым влечением к наркотику, потерей контроля за принимаемой дозой, физическим комфортом в состоянии интоксикации и проявлением синдрома лишения, т.е. абстинентного синдрома в случае прекращения приема наркотика.

Прием наркотика наркоманом с длительным стажем осуществляется не столько для эйфоризации, сколько для выравнивания своего физического состояния при синдроме лишения наркотика, т.е. абстиненции. Синдром отмены проявляется уже через 12-48 часов после прекращения приема наркотика. Состояние абстиненции доставляет наркоману физические страдания: сильнейшие спазмы внутренних органов и мышц, нарушение функций желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы, слюноотделение, повышенную секрецию желез. Такие явления сопровождаются чувством тревоги и страха, приступами истерии, бессонницей, подавленностью, разбитостью, психомоторным возбуждением. Все помыслы человека в состоянии абстиненции направлены на одно — во что бы то ни стало, любой ценой найти и ввести себе определенную дозу наркотика, быстро снимающего страшные симптомы абстиненции. Как показывает практика, наркоманы самостоятельно, без помощи врача не в состоянии преодолеть этот синдром.

### ***Что испытывает наркоман?***

В первое время после приема наркотика действительно испытывает удовольствие, называемое эйфорией. Он расслабляется, все его проблемы отступают, а потом и исчезают, жизнь кажется безоблачной. Если он испытывал боль, боль стихает, если был озабочен, раздражен, зол, становится приветливым и жизнерадостным. Через несколько часов, максимум через 12, действие наркотика заканчивается, и все проблемы наваливаются с новой

силой.

При длительном употреблении наркотиков период эйфории с каждым разом укорачивается и, в конце концов, может сократиться до нескольких минут. Несколько часов после приема наркоман чувствует себя более или менее терпимо, а потом неизбежно наступает мучительная ломка. Он живет как белка в колесе: чем быстрее она бежит, тем быстрее крутится колесо и тем быстрее ей нужно бежать, чтобы не упасть. Так и наркоман — чтобы избежать ломки, ему приходится принимать наркотик все чаще и чаще. Постепенно он доходит до полного изнеможения, перестает есть и спать. Он уже проклинает наркотик, мечтает освободиться от зависимости, но не может, потому что без очередной дозы испытывает страшные мучения.

### ***Сколько живет наркоман?***

Большинство наркоманов живут не больше 3-5 лет после первого приема наркотика, хотя, конечно, есть и исключения — те, смерть которых наступает уже через полгода, или те, которым посчастливилось прожить десять-пятнадцать лет.

Чаще всего причиной смерти становится сам наркоман — гибель от передозировки, из-за введения слишком большой дозы и отравления организма. Смерть наступает из-за остановки сердца или дыхания. Нередко наркоманы отравляются даже не самим наркотиком, а ядовитыми примесями к нему. В состоянии наркотического опьянения человек воспринимает окружающее неадекватно, поэтому высока вероятность гибели в результате несчастного случая, скажем, под колесами автомобиля или падения из окна или с балкона.

### ***Можно ли вылечиться от наркомании?***

И да и нет. Помочь избавиться от физической зависимости, то есть облегчить ломку, современная медицина в состоянии. Но избавиться от психической зависимости гораздо труднее, потому что лекарства от нее медицина не имеет, и большинство наркоманов рано или поздно погибают от наркотиков. Тех же, кто перестал принимать наркотик, назвать полностью вылечившимися нельзя, поскольку наркотик оставляет необратимые изменения в организме и на уровне психики, и на уровне обмена веществ. Эти изменения привязывают несчастного к наркотику на всю жизнь. Из-за них наркоман может снова «сорваться» и через месяц, и через несколько лет. Поэтому врачи не употребляют выражения «вылечившейся или выздоровевший наркоман», а говорят «неактивный наркоман», то есть наркоман, в данный момент не употребляющий наркотики.

## **Мозговой штурм.**

Обсуждение понятия «Зависимость» в кругу.

### ***Вопросы:***

1. Какие чувства вызывает у тебя понятие зависимость?  
(Акцент на отрицательные оттенки чувств понятия «Зависимость»)
2. Есть ли состояние, противоположное зависимости?

3. Хотели бы Вы стать свободными и независимыми, когда станете взрослыми?

4. Давайте попробуем перечислить профессии, которые дают человеку возможность быть независимым материально, творчески и т.п. (На доске записываются высказывания детей.)

*Вывод:* Любой из Вас может стать спортсменом, актером, банкиром... но есть люди, которые могут стать никем. Почему? Кто эти люди?

Я благодарю всех за активное участие. Ребята, всегда важно помнить о том, что человек в любой ситуации имеет право выбора, т.е. любой человек в любых ситуациях может принимать самостоятельное решение, и мне хочется, чтобы в своей жизни каждый из Вас сделал правильный выбор — жизнь без наркотиков! Помните, что наркотики никогда не были признаком силы, это всегда знак беды и слабости!!!

