

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГИМНАЗИЯ № 4 Г. КАНСКА**

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ гимназии №4 г. Канска  
\_\_\_\_\_/О.А. Шумачкова/  
ПРИКАЗ № 175-О от «31» августа 2023 г.

**ПРОГРАММА**

**ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ, УПОТРЕБЛЕНИЯ  
АЛКОГОЛЯ И НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ  
«УМЕЙ СКАЗАТЬ НЕТ!»**

2023 г

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка .....	3
Цели и задачи программы.....	4
Основные направления работы.....	5
Содержание программы.....	5
Сотрудничество.....	6
Предполагаемые результаты.....	6
Мероприятия по реализации программы.....	7
Литература.....	12

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

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

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

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

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

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

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

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

Решить проблему асоциального поведения детей только силами специалистов практически невозможно. Необходимо привлекать к этой работе широкие слои общественности, в том числе и самих подростков. Дети подражают поведению друг друга. Это влияние может быть позитивным и негативным, особенно в употреблении алкоголя и курении. Одна из задач программы – помощь детям и подросткам в построении позитивных взаимоотношений со сверстниками, обучение умения выбирать друзей.

В основе программы лежит установка на изменение отношения к употреблению алкоголя и табакокурению. Развитие подросткового добровольчества послужит толчком для изменения устаревших стереотипов в отношениях между подростками и взрослыми и создаст условия для развития ответственных партнерских отношений.

Многочисленные беседы, анкетирования учащихся МБОУ гимназии №4 дают основание полагать, что одной информации для изменения поведения недостаточно. Дети и подростки должны приобрести оптимум знаний для того, чтобы самостоятельно критически мыслить и правильно строить поведение.

Когда человек делает осознанный выбор, он устанавливает собственные внутренние границы. Наша задача – предоставить ему возможность сделать этот выбор.

Программа разработана на основе программы «Все, что тебя касается» и рассчитана на два учебных года (с 09.2023 по 06.2025)

## I. Цели и задачи программы

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

Задачи первичной профилактики употребления ПАВ:

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

## II. Основные направления работы.

1. Информирование и просвещение учеников, их родителей и других значимых лиц.
2. Освоение знаний по проблеме профилактики ПАВ, интерактивных форм работы с участниками программы.

3. Изменение содержания образования в ряде учебных предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии и др.
4. Проведение творческих мероприятий по профилактике ПАВ.
5. Формирование актива среди учеников, педагогов и родителей по пропаганде здорового образа жизни.

### III. Содержание программы.

Первичная профилактическая работа состоит из двух блоков.

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

**2. Практический блок** включает в себя несколько этапов:

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

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

- тренинги, практические семинары,
- родительские собрания и конференции,
- диспуты и дискуссии,
- игровые занятия,
- деловые и ролевые игры,
- спортивные соревнования,
- праздники здоровья,
- выпуск информационных листков и газет о здоровом образе жизни, плакатов, мини – книжек, открыток,
- проведение конференций и круглых столов, посвященных проблеме здорового образа жизни,
- создание научно-исследовательских и социальных проектов,
- проведение КВН,
- создание лучшего рекламного ролика, сатирического журнала,
- выставки творческого самовыражения: стихи, сочинения, рисунки, поделки,
- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий,
- индивидуальные консультации среди детей и подростков, педагогов и родителей и т.д.

#### IV. Сотрудничество.

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

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

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

#### V. Предполагаемые результаты.

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

Показателем эффективности программы является:

- Повышение процента занятости детей, активно участвующих в общественной деятельности школы.
- Увеличение процента самостоятельности детей в роли организатора собственной деятельности в активно-положительном использовании досуга.
- Повышение уровня воспитанности учащихся, социальной адаптации и предотвращение дезадаптации подростка.
- Положительная мотивация на здоровый образ жизни.

#### VI. Мероприятия реализации программы

Мероприятия	Срок выполнения	Ответственные
<b><u>Методическая работа</u></b>		

<p>1. Выступления на педсоветах, на совещаниях при директоре гимназии по вопросам профилактики вредных привычек среди несовершеннолетних.</p> <p>2. Составление списка учащихся находящихся в группе - риска; посещение семей этих учащихся.</p> <p>3. Корректировка списков группы риска</p> <p>4. Оказание методической помощи и анализ работы классных руководителей по профилактике вредных привычек, пропаганда здорового образа жизни.</p> <p>5. Организация выставок по данной теме</p> <p>6. Рассмотрение вопросов по профилактике вредных привычек на заседаниях МО классных руководителей.</p>	<p>В рамках реализации программы</p> <p>Сентябрь 2023</p> <p>Постоянно</p> <p>В рамках реализации программы</p> <p>Постоянно</p> <p>По планам работы МО</p> <p>Сентябрь, февраль, май</p> <p>В рамках реализации программы</p> <p>По плану</p> <p>По необходимости</p> <p>В рамках реализации программы</p>	<p>Замдиректора по ВР Педагог-психолог, соц. педагог</p> <p>Замдиректора по ВР Кл. руководителя, соц. педагог</p> <p>Замдиректора по ВР , соц. педагог</p> <p>Библиотекарь</p> <p>Замдиректора по ВР социальный педагог</p> <p>Замдиректора по ВР Кл. руководители, Педагог-психолог Социальный педагог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Классные руководители Педагог-психолог, Соц. педагог, волонтеры</p>
<p><b><u>Диагностика</u></b></p> <p>1. Диагностика по проблеме «Уровень здоровья и здорового образа жизни учащихся»</p> <p>2. Анкетирование учащихся на приверженность к вредным привычкам.</p> <p>3. Добровольное медицинское обследование на предмет раннего выявления употребления наркотических средств. (по согласию родителей)</p> <p>4. Обмен информацией с ОДН, комитета по контролю за оборотом наркотических средств</p> <p><b><u>Примерная тематика классных часов</u></b></p>		

<p>1. Общечеловеческие ценности  2. Личная гигиена – основа профилактики инфекционных заболеваний  3. Определение здорового образа жизни.  4. Определение химической зависимости.  5. Традиции и табакокурение.  6. «Вредные привычки» (общешкольное мероприятие).  7. Курение. Влияние на организм.  8. Правда об алкоголизме.  9. «Сказка о вредных привычках»  10. Что такое ВИЧ?  11. Формирование ответственности у подростка за свои действия как фактор защиты от вовлечения в наркотизацию.  12. Алкоголь и алкогольная зависимость.  13. Пресс-конференция «Курение – «За» и «Против»  14. «По ком звонят колокола?»  15. Есть повод подумать  16. ПАВ и последствия их употребления  17. Проведение интернет уроков с применением ИКТ технологий</p> <p><b><u>Внеклассные мероприятия</u></b>  1. Организация и проведение «Всемирного дня здоровья»  2. Организация и проведение «Международного дня борьбы с наркотиками»,  3. Подготовка памяток, листовок, обращений по профилактике вредных привычек.  4. Общешкольное мероприятие по профилактике ПАВ «Скажи «НЕТ».  5. Акция «Танцуй ради жизни»  6. Проведения цикла бесед «Наше здоровье в наших руках»  7. Акции «Мы выбираем жизнь»  8. Проведение конкурса рисунков и фотографий</p>	<p>По календарному плану</p> <p>По плану воспитательной работы гимназии</p> <p>1 марта В течение года</p> <p>Апрель</p> <p>1 декабря По плану классного руководителя Январь - май Ноябрь</p> <p>Октябрь В течении года</p>	<p>Классные руководители 1-11 классов, волонтеры</p> <p>Классные руководители Педагог-психолог, Социальный педагог Волонтеры</p> <p>Классные руководители Педагог-психолог,</p>
--	--	---

<p>9. Слеты волонтеров 10. Организация и проведение спортивных мероприятий. 11. Тренинги с учащимися и их родителями</p> <p><b><u>Работа с родителями</u></b></p> <p>1. Рассмотрение вопросов профилактики вредных привычек на заседаниях родительского комитета и родительских собраний</p> <p>2. Привлечение родителей к работе по профилактике вредных привычек у детей</p> <p>3. Участие родителей в совместных мероприятиях.</p>	<p>В течение года</p> <p>По плану воспитательной работы классов</p>	<p>Социальный педагог</p>
---	---	---------------------------

## VII. Литература.

1. Методическое пособие по программе формирования навыков здорового образа жизни у подростков, Фонд «Здоровая Россия», Москва, 2008

2. «Региональная программа пропаганды здорового образа жизни», Нижний Новгород 1994 г.
3. Материалы журналов «Здоровье школьника», «Воспитание школьника», «Классный руководитель», 2004-2007 гг
4. В.А. Родионов, М.А. Ступницкая, О.В. Кардашина «Я и другие»; Ярославль 2003.
5. О.А. Брылеева «Тренинг взаимопонимания»; Барнаул 1995
6. Методическое пособие «Социальная психология»; Томск 2003
7. Методическое пособие «Конфликтология»; Томск 2003
8. И.С. Андреева, А.В. Гулыга «Семья: Книга для чтения»; Москва 2001