

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное  
учреждение  
«Ужурская средняя общеобразовательная школа №1 имени  
Героя Советского Союза Александра Корнеевича Харченко»**

**ПРОГРАММА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ,  
АЛКОГОЛИЗМА, ТАБАКОКУРЕНИЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

<b>Наименование программы</b>	Программа по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и ЗОЖ.
<b>Заказчик</b>	Администрация школы
<b>Разработчики программы</b>	Рабочая группа педагогов МБОУ «СОШ№1 »
<b>Исполнители программы</b>	Администрация, педагогический коллектив школы, ученический коллектив, медицинские работники, родительская общественность, социальные партнеры школы.
<b>Цель программы</b>	Создание условий (организационных, информационных, правовых, педагогических, психологических) для эффективного противодействия потреблению ПАВ обучающимися школы, формирование у них потребности в здоровом образе жизни.
<b>Основные задачи программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-совершенствование системы первичной профилактики употребления ПАВ;</li> <li>-организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики употребления ПАВ;</li> <li>-усиление пропаганды здорового образа жизни;</li> <li>-снижение интереса к ПАВ путем вовлечения школьников в досуговую деятельность по интересам;</li> <li>-формирование у родителей обучающихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков.</li> </ul>
<b>Сроки реализации программы</b>	2023-2024 учебный год
<b>Ожидаемые конечные результаты программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Совершенствование системы профилактической работы в школе.</li> <li>➤ Разработка эффективных механизмов совместной деятельности участников воспитательной системы школы: педагогического коллектива, родительской общественности, ученического самоуправления.</li> <li>➤ Повышение психолого-педагогической грамотности родителей обучающихся школы.</li> <li>➤ Повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива школы. Формирование здорового жизненного стиля и эффективных линий поведения у детей и подростков.</li> <li>➤ Снижение факторов риска потребления ПАВ в детско-подростковой среде.</li> <li>➤ Уменьшение числа подростков, стоящих на всех видах учета.</li> <li>➤ Активное и результативное участие учащихся школы в различных конкурсах, соревнованиях.</li> <li>➤ Создание здоровой и безопасной среды в школе.</li> </ul>

<b>Научно-методические основы и нормативно-правовая база программы</b>	При подготовке программы учитывались цели, концептуальные положения и идеи, имеющиеся в Программе развития школы. Программа разработана в соответствии с основными положениями Конституции РФ, Конвенции о правах ребёнка, Семейного кодекса РФ, Законом «Об образовании в РФ».
<b>Контроль за реализацией программы</b>	Программа реализуется путем проведения мероприятий. Внутренний мониторинг проводит администрация школы. Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.

## Основные понятия и термины

В Программе применяются следующие основные понятия:

**Психически активные вещества (ПАВ)** - химические и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие; к ним относятся наркотики, транквилизаторы, алкоголь, никотин, токсические и другие средства.

**Здоровый образ жизни (ЗОЖ)** - образ жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья данной социальной общности. ЗОЖ рассматривается не только как медицинская, но и как социально-экономическая категория, зависящая от развития производительных сил и производственных отношений, т.е. от образа жизни.

**Профилактика потребления ПАВ** - совокупность мер, направленных на предупреждение возникновения негативных форм поведения людей, а также изменение имеющихся негативных форм поведения, приводящих к зависимостям от ПАВ.

**Наркомания** - хроническая болезнь, которая возникает в результате злоупотребления наркотиками и характеризуется наличием у больного психической и физической зависимости от ПАВ, морально-этической деградацией, асоциальным поведением и рядом других патологических проявлений.

**Токсикомания** - хроническая болезнь, которая возникает в результате злоупотребления психоактивными веществами, не включенными в официальный список наркотических средств.

**Алкоголизм** - заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся влечением к ним, приводящее к психическим и физическим расстройствам и нарушающее социальные отношения лица, страдающего этим заболеванием.

**Первичная профилактика** - комплекс социальных, образовательных и медико- психологических мероприятий, предупреждающих приобщение к употреблению ПАВ;

**Вторичная профилактика** - комплекс социальных, образовательных и медико- психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнений, связанных с употреблением ПАВ у «эпизодических» потребителей, не обнаруживших признаков болезни.

## Введение

Резкие изменения социально-политической и экономической ситуации, происшедшие в стране с прошлого столетия, привели к разнообразным нарушениям социальной адаптации у населения, которые отозвались ростом потребления психоактивных веществ (ПАВ) в молодежной среде.

На первый план вышли злоупотребление токсическими веществами, пивом и слабоалкогольными коктейлями, отмечается факт снижения возрастной границы употребления ПАВ в школьной среде. Сегодня употребление ПАВ среди подростков стало социально приемлемой формой поведения.

Употребление психически активных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку.

Лучшая методика борьбы с употреблением ПАВ - *профилактика*. Ведь как показывает мировая практика, излечить от наркомании удастся не более 2-3 процентов заболевших. Очевидно, что добиться сколько-нибудь заметных результатов в решении проблемы наркомании невозможно без организации адекватной профилактической работы. Это осознается сегодня подавляющим большинством населения от государственных чиновников всех уровней до обычных рядовых граждан.

Организация занятости подростков во внеурочное время является одним из основных способов профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения и противоправных действий. Можно преподнести множество сведений о том, как следует относиться к своему здоровью, но лишь активная личностная позиция самого человека делает его таковым. Поэтому профилактическая работа предполагает, в первую очередь, воспитание и обучение, основанное на полноценном развитии ребенка как личности, как субъекта деятельности и как индивидуальности.

Обучение педагогов основам профилактической работы, предоставление им адекватной информации о наркологических заболеваниях, вооружение их конкретными психотерапевтическими приемами (ролевые игры, тренинги, дискуссионная работа), способами формирования системы альтернативных наркотикам увлечений, позволит оградить подрастающие поколения страны от наркотической эпидемии.

Для того чтобы работа по сохранению и укреплению состояния здоровья учащихся дала положительные результаты, необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов, родителей и учеников. Актуальной для коллектива стала систематизация деятельности по осуществлению профилактики злоупотребления психоактивными веществами.

### **Цели и задачи программы**

**Цель Программы создание** условий для эффективного противодействия потреблению психически активных веществ обучающимися школы, а также формирование у них потребности в здоровом образе жизни.

Способствовать достижению данной цели будет решение *следующих задач*:

- совершенствование системы первичной профилактики употребления ПАВ;
- организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики употребления ПАВ;
- усиление пропаганды здорового образа жизни;
- снижение интереса к ПАВ путем вовлечения школьников в досуговую деятельность по интересам;
- формирование у родителей обучающихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков.

### **Принципы программы**

- **комплексность** или согласованное взаимодействие различных служб;
- **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, алкоголя, табака).

- **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.

### Основные направления реализации программы

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

### Условия реализации

1. Привлечение врачей: терапевта, психолога, нарколога.
2. Привлечение педагогов дополнительного образования.
3. Привлечение педагогов и родителей.
4. Привлечение инспекторов ПДН, правоохранительных органов.

### Механизм реализации программы

**Предоставление информации.** Информация должна быть достоверной, уместной, с учетом особенностей аудитории (пола, возраста и убеждений) и предоставлять знания о последствиях злоупотребления ПАВ. Этот подход основывается на том, что, имея достоверную информацию о психоактивных веществах, об их влиянии на организм (физиологическом, психическом, психологическом), а также на социальное и экономическое благополучие, человек сможет принять взвешенное, ответственное решение по отношению к своему здоровью.

**Эмоциональное «обучение».** Этот подход базируется на том, что зависимости от ПАВ чаще всего подвержены люди, испытывающие трудности в понимании и выражении собственных эмоций; люди с заниженной самооценкой и неразвитой способностью к сопереживанию (эмпатией), с недостаточно развитой эмоциональной сферой, имеющие в структуре своей личности так называемый «запрет на эмоции», недостаточно общительны. В связи с этим они часто не умеют накапливать опыт переживаний и принятия решений в стрессовых ситуациях, готовы на все, чтобы включиться в любые группы, быть принятыми ими. Подростковая наркомания в настоящее время распространилась не только на подростков с проблемами в эмоциональной сфере, но и на многие другие группы молодых людей. Поэтому отдельно взятая эта модель, хотя и является эффективной, не может использоваться изолировано от других.

**Апелляция к ценностям и знаниям.** Подход основывается на теориях об изменении поведения и использует методы поведенческой терапии. Проблемное поведение подростка рассматривается с точки зрения функциональных проблем. Эксперименты с наркотиками могут быть:

- попыткой демонстрации взрослого поведения, способом уйти от родительского контроля; выражением социального протеста, вызовом по отношению к ценностям социальной среды;
- стремление получить новый, ранее не познанный опыт (поиск удовольствия и расслабления, стремление приобщиться к определенной субкультуре).

Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды, акт отчаянья, ответ на определенные нарушения в психологическом и социальном развитии. Сторонники этого подхода считают, что подростки с подобными функциональными расстройствами нуждаются в обретении определенных жизненных навыков, которые позволят им обрести устойчивость к различным негативным социальным влияниям и повысят их индивидуальную компетентность.

**Воспитание противодействия ПАВ.** Этот подход основывается на привитии социальных навыков, ориентированных на здоровый образ жизни, умение сопротивляться пагубному влиянию и давлению, умение говорить «нет».

**Предоставление альтернативы.** Этот подход предполагает развитие альтернативных социальных программ, в которых бы подростки смогли бы реализовать стремление к риску, поиску острых ощущений, повышенную поведенческую активность. Например, к ним относятся походы, путешествия с приключениями, занятия творчеством, видами спорта, связанными с риском, разнообразные клубы, кружки по интересам.

**Влияние социальной среды и сверстников (работа с семьей и влиянием подростковой среды).**

**Работа с волонтерами.** С точки зрения этого подхода важнейшим фактором развития человека является социальная среда, как источник обратной связи, поощрений и наказаний. Тренинги устойчивости к социальному давлению. Одним из важнейших направлений этих программ является работа с лидерами-подростками, желающими пройти обучение и осуществлять профилактическую антинаркотическую работу среди сверстников.

**Укрепление здоровья.** Этот подход основывается на сочетании личного выбора и социальной ответственности за здоровье. Здоровье рассматривается как источник благополучной повседневной жизни, а не как цель существования. В ее основе социальные, личностные и физические возможности человека, обучение здоровому жизненному стилю.

## Содержание программы

***Первичная профилактическая работа состоит из следующих блоков:***

1. Информационно-просветительский блок включает в себя работу с обучающимися и их законными представителями. Работа проводится в рамках учебной деятельности в рамках изучаемых предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии, а также на классных часах, родительских собраниях. 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. Проведение мониторинга в центре образования. Основные методы работы на данном этапе: тестирование, анкетирование, интервью. Цель данного этапа – информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление обучающихся « группы риска».

2.2. Проведение мероприятий, в которых поощряется любое творческое самовыражение обучающихся, их законных представителей и педагогов:

- тренинги,
- родительские собрания
- диспуты и дискуссии,
- игровые занятия,
- деловые и ролевые игры,
- спортивные соревнования,

- выпуск информационных листовок и газет о здоровом образе жизни,
- проведение конференций и круглых столов, посвященных проблеме здорового образа жизни,
- создание социальных проектов,
- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий,
- индивидуальные консультации среди обучающихся, их законных представителей, педагогов.

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

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

**В работе по данной программе необходимо учитывать следующие компоненты:**

1. **Образовательный компонент** – знание о действии химических веществ на организм человека, о механизмах развития заболевания зависимости, понимание последствий, к которым приводит химическая зависимость.

Цель : научить обучающихся понимать и осознавать, что происходит с человеком при употреблении ПАВ. Комплексная программа профилактики вредных привычек

2. **Психологический компонент** – коррекция определенных психологических особенностей личности, способствующих развитию зависимости от употребления ПАВ, создание благоприятного климата среди обучающихся, психологическая адаптация подростков “группы риска”.

Цель: психологическая поддержка обучающихся через формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников.

3. **Социальный компонент** – помощь в социальной адаптации подростка, овладение навыками общения. Цель: формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни.

**Возрастные этапы профилактики:**

6-11 лет: формирование представления о здоровье, его значении, об основах здорового образа жизни; освоение навыков безопасного поведения (в том числе связанных с курением, алкоголизацией и наркотизацией окружающих); развитие навыков самоконтроля, формирование комплексного представления о здоровье, расширение знаний о негативном воздействии вредных веществ на организм человека;

11–13 лет: формирование устойчивости к негативному давлению окружающей среды выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; необходимо заложить установку “не делай, как другие” по отношению к ПАВ; расширение знаний о негативном воздействии наркотических веществ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ).

14–16 лет: освоение навыков отказа и навыков пошагового общения в ситуациях наркотического заражения, умения найти выход в конфликтной ситуации; выработка навыка «умей сказать – НЕТ!»

### **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.

### **Оценка эффективности программы**

Оценкой эффективности реализации Программы могут служить следующие целевые индикаторы:

1. Доля обучающихся школы в возрасте от 7 до 18 лет, вовлеченных в профилактические мероприятия.
2. Уменьшение количества несовершеннолетних, употребляющих ПАВ;
3. Уменьшение количества несовершеннолетних, состоящих на учете в ПДН, КДН, внутришкольном учете.
4. Увеличение числа обучающихся, занятых в досуговой деятельности, в том числе, детей группы «риска».

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

### **План мероприятий на 2023-2024 учебный год**

<b>Примерные направления работы в течение учебного года</b>			
<b>№</b>	<b>Практические дела</b>	<b>Срок исполнения</b>	<b>Ответственные</b>
1	Привлечение учащихся к культурно-досуговой деятельности (кружки, секции).	В течение всего года	Кл.рук, педагоги дополн. обр., зам. по ВР, советник по воспитанию
2	Составление социальных паспортов классов с целью получения необходимой информации о детях, обучающихся в школе.	Сентябрь	Соцпедагог, кл. руководит., администрация
3	Составление базы данных по обучающимся, различных категорий.	Сентябрь	Соцпедагог, зам. по ВР



4	Комплекс мероприятий, проводимых в рамках месячника правового воспитания, профилактики правонарушений и вредных привычек.	Октябрь-ноябрь	Зам. по ВР педагог-психолог, соц. педагог, кл.руководит. советник по воспитанию
5	Беседы медицинских сестер с обучающимися по профилактике употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних.	В течение всего периода	Медработники
6	Анкетирование среди обучающихся вновь прибывших в школу-интернат, 5 класса с целью контроля за их адаптацией к новым условиям обучения.	Октябрь	Педагог-психолог
7	Методические совещания, заседание совета по профилактике, посвященные результатам анкетирования.	В течение всего периода	Педагог-психолог, руководители МО, совет по профилактике

8	Проведение анкетирования среди обучающихся с целью выявления уровня знаний о факторах риска.	По плану педагога - психолога	Педагог - психолог Кл. руководители
9	Анкетирование с целью выявления знаний и отношения воспитанников разных возрастных групп к здоровому образу жизни.	Ноябрь, декабрь, февраль	кл.руковод., зам. по ВР, педагог - психолог
10	Конкурс плакатов, рисунков, посвященный Дню борьбы со СПИДом.	Декабрь	Советник по воспитанию
11	Цикл занятий "Наркотики: зависимость и последствия"(в рамках Дня борьбы со СПИДом.)	Декабрь	Учителя биологии
12	Участие в здоровьесберегающей акции по борьбе с ВИЧ-инфекцией, приуроченная к Всемирному дню памяти жертв СПИДа.	Май	Советник по воспитанию, кл.рук
13	Оформление выставок книг: "На улице – не в комнате, о том, ребята, помните", "Берегите здоровье смолоду", "Экология и проблемы XXI", "Здоровый образ жизни", «Умей сказать нет» и др.	В течение года	Библиотекарь

14	Подбор материалов к классным часам по темам: “Режим дня школьника”, “Физическая активность и здоровье”, “Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек”, “ЗОЖ, закаливание”, “СПИД и его профилактика”, “Предупреждение алкоголизма, наркомании, табакокурения”, “Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	В течении года	Библиотекарь, , мед. работники
15	Беседы с детьми, консультации для родителей или лиц их заменяющих по поводу обучающихся, имеющих отклонения в поведении и замеченных в употреблении ПАВ.	В течение периода реализации Программы	Администрация, педагог-психолог, соц. педагог, медработники
16	Участие во Всероссийском уроке; проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, посвященных 7 апреля – Международному дню	Апрель	Педагог-организатор, спорт. клуб
17	Совет профилактики	Ежемесячно	Администрация, педагог-психолог, соц. педагог,