

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №2» города Велижа Смоленской области**

Согласовано
на заседании педсовета
Протокол № 1
от « 23 » августа 2024 г.

Утверждено
Директор школы:
_____ Кириллова Т.И.
Приказ № 191 - О
от 23. 08 .2024г.

ПРОГРАММА
по противодействию и профилактике
вредных привычек и потребления ПАВ
на 2024-2025 учебный год

Паспорт программы

Наименование программы	Программа по противодействию и профилактике вредных привычек, противодействию потребления ПАВ
Разработчики программы	Рабочая группа педагогов МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа
Исполнители программы	Администрация, педагогический коллектив школы, ученический коллектив, медицинские работники, родительская общественность, социальные партнеры школы.
Цель программы	Создание условий (правовых, информационных, педагогических, организационных, психологических) для эффективного противодействия потреблению ПАВ обучающимися школы, формирование у них потребности в ЗОЖ.
Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> ➤ пропаганда здорового образа жизни; ➤ совершенствование системы первичной профилактики курения, потребления ПАВ; ➤ организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики потребления ПАВ; ➤ формирование у родителей (законных представителей) обучающихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков ➤ вовлечение школьников в досуговую деятельность по интересам.
Сроки реализации Программы	2024-2025 учебный год
Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Разработка эффективных механизмов с овместной деятельности участников воспитательной системы школы: педагогического коллектива, родительской общественности, ученического самоуправления. ➤ Совершенствование системы профилактической работы в школе. ➤ Повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива школы. ➤ Формирование здорового жизненного стиля и эффективных линий поведения у детей и подростков.

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Снижение факторов риска потребления ПАВ в детско- подростковой среде. ➤ Активное и результативное участие учащихся школы в различных конкурсах, акциях, фестивалях, соревнованиях. ➤ Уменьшение числа подростков, стоящих на всех видах учета. ➤ Создание здоровой и безопасной среды в школе.
Методические основы и нормативно- правовая база Программы	При подготовке программы учитывались 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».
Контроль за реализацией Программы	Внутренний мониторинг проводит администрация школы. Результаты обсуждаются в конце учебного года. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом Совете в конце учебного года.

Пояснительная записка

Резкие изменения социально-политической и экономической ситуации, происходившие 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 удается 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.

Профилактика как система мер, направленных на предотвращение болезни, требует осознанного подхода, согласованных продуманных действий специалистов различных сфер (медиков, педагогов, психологов, работников правоохранительных органов).

Среди причин, называемых самими подростками, способствующих их приобщению к употреблению алкоголя, никотина, наркотиков и ПАВ, называются следующие:

- конфликты в семье;
- желание всё попробовать в этой жизни;
- от скуки;
- желание расслабиться, снять напряжение;
- желание не быть белой вороной в компании сверстников;
- по глупости, т.е. по незнанию;
- желание испытать кайф;
- назло родителям;
- под давлением более старших или авторитетов;
- это сейчас модно.

Конечно, это далеко не полный список причин, но даже из него видно, что важнейшие из них носят социально-психологический характер.

Данная программа направлена на то, чтобы уберечь обучающихся от вредных привычек, ведь статистические данные говорят о том, что если человека в возрасте от 10 до 21 года отвлечь от курения, спиртного, наркотиков, то вероятность того, что этот человек вырастет физически и нравственно здоровым увеличивается до 90 %. Важно помочь подростку осознать самого себя, свои потребности и найти способы их удовлетворения без приема допинга.

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 сделает 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 (законных представителей) и учеников. Актуальной для коллектива стала систематизация деятельности по осуществлению профилактики злоупотребления психоактивными веществами.

Принципы реализации программы

Программа профилактики употребления ПАВ реализуется на основе следующих принципов психолого-профилактической профилактики:

➤ **Комплексность** – согласованное взаимодействие специалистов образовательного учреждения, межведомственное взаимодействие, и координация различных профилактических мероприятий в русле единой целостной программы

комплексной профилактики. Вопросы предупреждения курения, употребления детьми, подростками и молодежью алкоголя наркотиков и токсических веществ должно рассматриваться в качестве звеньев единой системы воспитания.

➤ **Добровольность** - добровольное участие молодежи и подростков, их родителей (законных представителей) во всех мероприятиях. Принуждение может привести к совершенно противоположным результатам.

➤ **Аксиологичность** – формирование у детей и молодежи мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважении к человеку, государству, окружающей среде и др., которые являются ориентирами и регуляторами их поведения.

➤ **Позитивность и конструктивность** – педагогическая профилактика должна носить не запрещающий, а конструктивно-позитивный характер. Важно сформировать у ребенка представление о недопустимости употребления алкоголя, никотина, наркотиков и показать ему, как без их помощи сделать жизнь прекрасной, интересной и счастливой.

Направления реализации программы

Работа с обучающимися:

- мероприятия по профилактике употребления алкоголя, никотина, наркотиков и ПАВ;
- тематические встречи со специалистами системы профилактики;
- проведение индивидуальной профилактической работы;
- вовлечение в социально-значимую деятельность и организация досуга

Работа с педагогическими кадрами:

- информирование по проблеме первичной профилактики употребления алкоголя, никотина, наркотиков и ПАВ;
- индивидуальное консультирование

Работа с родителями (законными представителями):

- проведение родительских собраний, лекториев по профилактике употребления несовершеннолетними алкоголя, никотина, наркотиков и ПАВ;
- информационно-консультативная работа

Совместная работа с правоохранительными, медицинскими и другими заинтересованными органами по профилактике зависимости в подростковой среде:

- проведение разъяснительно-просветительской работы со всеми участниками образовательных отношений;
- правовое просвещение учащихся: права, обязанности, ответственность за действия, связанные с употреблением и распространением наркотиков.

Формы и методы профилактической работы:

- Беседы.
- Лекции.
- Классные часы.
- Встречи с интересными людьми.
- Просмотр видеофильмов.
- Педагогические, профилактические советы.
- Конкурсы рисунков.
- Акции.

- Диагностические исследования.
- Индивидуальная работа с учащимися «группы риска»
- Спортивные мероприятия.
- Волонтерская работа.
- Трудоустройство и занятость в летнее и каникулярное время.
- Организация внеурочной деятельности.

Условия реализации

- Привлечение врачей: терапевта, психолога, нарколога.
- Привлечение педагогов дополнительного образования.
- Привлечение педагогов и родителей.
- 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 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,
- праздники здоровья,
- выпуск информационных листовок и газет о здоровом образе жизни, плакатов, мини – книжек, открыток,
- проведение конференций и круглых столов, посвященных проблеме здорового образа жизни,
- создание социальных проектов,
- выставки творческого самовыражения: стихи, сочинения, рисунки, поделки,
- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий,
- индивидуальные консультации среди обучающихся, их законных представителей, педагогов.

Основные функции субъектов профилактической деятельности при организации работы по профилактике зависимостей

Директор:

- осуществление общего руководства и контроля реализации программы.

Заместитель директора по воспитательной работе:

- Координация реализации программы.
- Организация воспитательной работы и дополнительного образования в школе.
- Проведение семинаров, консультаций.
- Подготовка и издание методических рекомендаций.
- Организация работы волонтеров.

Учителя:

- Освоение и внедрение профилактических технологий в учебно-воспитательном процессе.

Классные руководители:

- Проведение классных часов, родительских собраний.
- Сотрудничество в области профилактической работы со специалистами.
- Установление контактов учащихся.

Психолог

- Психолого-педагогическое сопровождение программы.

Социальный педагог:

- Профилактика вредных привычек
- Сотрудничество с инспектором ПДН.
- Привлечение детей «группы риска» к занятиям в кружках, клубах, секциях.

Медработник:

- Диагностика состояния здоровья учащихся.
- Оказание медицинской помощи учащимся и педагогам школы.

Органы ученического самоуправления:

- создают общешкольное волонтерское движение, проводят социологические опросы, участвуют в мероприятиях по профилактике употребления ПАВ.

Библиотека:

- обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

Правоохранительные органы:

- работают с обучающимися и их законными представителями по вопросам правовой ответственности за употребление, хранение и распространение наркотических средств и психотропных веществ;
- осуществляют юридическое консультирование по проблемам наркомании;
- участвуют в обеспечении взаимодействия школы с комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав;
- организуют первичный профилактический учет обучающихся, замеченных в приеме ПАВ.

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, овладении 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!»

Ожидаемые результаты

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

Приложение 1

План мероприятий на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Мероприятия	Дата проведения	Ответственные
1	Установочное заседание Совета профилактики	Сентябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог
2	Работа над социальными паспортами классов	Октябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог
3	Анкетирование обучающихся, направленное на изучение характера отношения подростков к наркомании	Октябрь	Социальный педагог, классные руководители
4	Анкетирование, направленное на изучение состояния проблемы наркомании, употребления алкоголя, табакокурения в детской и подростковой среде	Октябрь	Социальный педагог, классные руководители
5	Выявление детей и семей, находящихся в социально-опасном положении	Октябрь	Социальный педагог, классные руководители
6	Вовлечение детей и подростков в объединения дополнительного образования по интересам	В течение года	Социальный педагог, классные руководители, педагоги доп. образования
7	Проведение Дня здоровья	Ноябрь	Зам. директора по ВР, классные руководители, учителя физкультуры
8	Социологический опрос «Будущее за нами»	Ноябрь	Социальный педагог
10	Оформление стендов для обучающихся и родителей: «Уголок здоровья»	1 раз в четверть	Классные руководители Социальный педагог
11	Лекции «Мы за здоровый образ жизни»	1 раз в четверть	Классные руководители Социальный педагог
12	Правовой месячник «Профилактика вредных привычек»	Ноябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
13	Встречи учащихся с инспектором ОДНОМВД на тему: «Закон и ответственность среди несовершеннолетних».	Ноябрь	Социальный педагог Инспектор ПДН
14	«Профилактика ПАВ». Беседа с наркологом.	Декабрь	Социальный педагог

15	«Права и обязанности гражданина Р.Ф».	Декабрь	Социальный педагог
16	Просмотр фильма «Профилактика употребления ПАВ».	1 раз в четверть	Социальный педагог
17	Организация бесед с врачом по проблеме ЗОЖ	Февраль	Социальный педагог, медицинский работник,
18	Профилактика детского подросткового алкоголизма	Февраль	Социальный педагог
19	Оказание помощи отстающим ученикам	В течение года	Зам. директора по УР
20	Конкурс рисунков среди обучающихся 2-4 кл «Берегись вредных привычек!»	Март	Социальный педагог, Классные руководители
21	Конкурс плакатов антирекламы употребления наркотиков, алкоголя, табака среди обучающихся 5-9 классов	Март	Зам. директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
	Организация лекций о социально значимых инфекциях (ВИЧ/СПИД) с врачом центра СПИД, для обучающихся 8-11 классов	Апрель	Зам. директора по ВР, Специалисты центра СПИД
22	Организация лекториев для родителей по проблеме наркомании, алкоголизма и табакокурения	Апрель	Зам. директора по ВР, педагог-психолог, соц. педагог
23	Организация спортивных мероприятий	В течение года	Учителя физкультуры
24	Организация работы школы с детьми в каникулярное время	В течение года	Зам. директора по ВР
25	Организация летнего отдыха детей	Апрель-июнь	Зам. директора по ВР, социальный педагог
26	Участие в межведомственной операции «Подросток»	Май-октябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог
27	Индивидуальная работа с детьми, состоящими на учете ОДН, КДНиЗП, внутришкольном учете	В течение года	Зам. директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители
28	Цикл тренинговых занятий по профилактике наркомании, употребления алкоголя и табакокурения по группам: - 5-6 кл. - 7-8 кл. - 9-11 кл.	Раз в четверть	Социальный педагог

29	Итоговое анкетирование, направленное на изучение динамики отношения обучающихся к вредным привычкам.	Май	Педагог-психолог,
30	Подведение итогов работы по профилактике наркомании, употребления алкоголя и табакокурения за учебный год. Разработка плана работы на следующий учебный год.	Май	Администрация школы, социальный педагог, педагог-психолог

№	Тема классного часа
5 класс	
1	Определение понятия «здоровья». Компоненты и критерии здоровья.
2	Факторы, влияющие на здоровье человека.
3	Здоровый образ жизни как рациональный способ жизнедеятельности. Элементы здорового образа жизни.
4	Зависимость образа жизни от индивидуальных особенностей организма, климато–географических условий. Здоровый образ жизни в народных традициях и обрядах.
5	История распространения табакокурения.
6	Курение табака как доходная статья для производителей и торговцев табачной продукции. Современная распространенность табакокурения.
7	Законодательные акты и мероприятия по ограничению табакокурения.
8	Профилактика табакокурения в народных традициях, произведениях литературы и литературы.
9	Происхождение алкоголя и различных спиртных напитков.
10	Отношение к алкоголю и последствиям его употребления у разных народов. Современная распространённость пьянства и алкоголизма.
11	Антиалкогольные обычаи и законодательные акты, направленные на искоренение пьянства и алкоголизма.
12	Профилактика употребления алкоголя в народных традициях, произведениях литературы и искусства.
13	Наркотики и общество. Понятие о зонах природного наркотизма.
14	История распространения наркомании.
15	Современная распространенность наркоманий и токсикоманий.
16	Национальные, культурные традиции и законодательные акты, направленные на искоренение наркомании.
6 класс	
1	Зависимость здоровья человека от чистоты тела, кожи. Условия, способствующие поддержанию чистоты тела. Уход за школьной формой. Требования к белью.
2	Влияние пыли и загрязненного воздуха в помещении на динамику работоспособности и распространения инфекционных заболеваний. Способы устранения запыленности воздуха и вещей.
3	Состав табачного дыма и табачных смол. Понятие о канцерогенах.
4	Органы –мишени для табака. Болезни, связанные с табакокурением. Влияние курения на внешний вид, умственную и физическую работоспособность, занятия спортом.
5	Характеристика активного и пассивного курения. Действие на организм пассивного курения.
6	Законодательные акты, направленные на ограничение курения.
7	Механизм воздействия алкоголя на клетки и ткани организма.
8	Разрушение эритроцитов как основа кислородного голодания тканей.
9	Поражение внутренних органов при эпизодическом и регулярном приеме алкоголя. Последствия разрушения клеток нервной системы, печени, сердца, половых клеток.
10	Влияние алкоголя на терморегуляцию, артериальное давление, обмен витаминов, на пищеварение, всасывание питательных веществ, на нервную систему, умственную работоспособность, память.
11	Влияние алкоголя на физическую работоспособность и занятия спортом. Алкогольная деградация личности.
12	Особенности действия различных алкогольных напитков на клетки и ткани организма.
13	Наркотики и их влияние на организм. Влияние эпизодического и продолжительного приема токсических препаратов на рост и развитие организмов.
14	Последствия токсического воздействия на нервную систему, память, поведение. Динамика умственной и физической работоспособности при воздействии токсикантов.
15	Механизм воздействия наркотиков на клетки и ткани организма. Влияние наркотиков на память, психику, социальные функции человека. Аутоагрессивное поведение как следствие употребления наркотиков.
16	Конкурс антирекламы наркотиков.
7 класс	

1	Повышение уровня двигательной активности. Влияние занятий гимнастикой и подвижными играми на осанку. Привычки, отрицательно влияющие на формирование осанки, их искоренение.
2	Активный отдых между занятиями как способ скорейшего восстановления трудоспособности. Упражнения по профилактике нарушений осанки, утомления органов зрения.
3	Курение как один из вариантов наркомании. Стадии никотиновой наркомании: бытовое, привычное и пристрастное курение.
4	Механизм формирования зависимости к табакокурению. Мышечная зависимость как специфическое проявление табачной наркомании. Способы борьбы с мышечной зависимостью при табакокурении.
5	Сравнение эффективности различных методик отказа от курения.
6	Мой выбор: поиск убедительных ответов отказа на предложение закурить.
7	Механизм формирования алкогольной зависимости. Изменения, происходящие в связи с становлением психической и физической зависимости. Понятие о зонах комфорта и дискомфорта.
8	Толерантность, ее изменение при приеме алкоголя. Нарушение обмена веществ при алкогольной зависимости.
9	Понятие об абстиненции. Возможности устранения зависимости. Необратимость психической зависимости в связи с невозможностью восстановления чувствительности зон комфорта.
10	Биологические и социальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости к алкоголю.
11	Механизм формирования зависимости к наркотикам.
12	Нарушение передачи нервного импульса при становлении психической и физической зависимости.
13	Абстинентный синдром. Нарушение чувствительности зон комфорта.
14	Компульсивное(неодолимое) влечение как основа необратимости психической зависимости.
15	Биологические, микросоциальные и макросоциальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости.
16	Профилактика наркомании в произведениях литературы и искусства.

8 класс

1	Основы психогигиены. Эмоции и чувства. Культура чувств и их проявление. Этика взаимоотношений. Аэробные упражнения и закалывающие процедуры как способ повышения настроения.
2	Свободный выбор как признак взросления. Центр доверия и психологической помощи подросткам и возможности разрешения конфликтных ситуаций. Способы психологической защиты.
3	Экономические, социальные и биологические последствия табакокурения. Сигареты и семейный бюджет.
4	Курение и социальная адаптация личности.
5	Курение и экология квартиры.
6	Конкурс антирекламы табака.
7	Социальные и биологические последствия пьянства и алкоголизма: преступления, пожары, дорожно –транспортные происшествия, и т.д.
8	Обоснование превышения экономического ущерба над денежной выручкой при торговле алкоголем.
9	Последствия эпизодического приема алкоголя.
10	Негативные последствия «питейных обычаев»
11	Конкурс антирекламы алкогольных напитков.
12	Экономические и социальные последствия наркомании.
13	Факторы, предопределяющие антисоциальность больных наркоманией. Искажение семейных связей, детородной функции.
14	Особенности развития наркомании и токсикомании в подростково- юношеском возрасте. Последствия наркотизации подростков для общества.
15	Биологические последствия приема наркотиков. Особенности биологических последствий при приеме наркотиков подростками и молодыми людьми.
16	Наркотические и токсикоманические вещества как средство порабощения личности. Инстинкт самосохранения. Борьба с наркоманией за рубежом.

9 класс	
1	Рациональная организация труда и отдыха во время подготовки к экзаменам. Требования к продолжительности занятий, активному отдыху на свежем воздухе, продолжительности и качеству ночного сна, питания.
2	Компьютер и здоровье. Основные правила техники безопасности при работе на компьютере. Упражнения и самомассаж для профилактики утомления рук и органов зрения.
3	Влияние табакокурения(активного и пассивного) на репродуктивные функции человека.
4	Последствия курения мужчины и женщины для развития плода, роста и развития ребенка.
5	Способы отказа от пробы сигарет.
6	Алкоголь и семья. Влияние алкоголя на потомство. Нарушение детородной функции семьи.
7	Понятие об «алкогольном зачатии», «алкогольном плоде», алкогольной интоксикации плода и грудного ребенка.
8	Нарушение социализации детей.
9	Негативное влияние алкоголя на растущий организм.
10	Мой выбор: отказ от приема алкоголя.
11	Наркотики и семья.
12	Пути воздействия наркотиков на потомство. Нарушение детородной функции семьи.
13	Понятие о «наркотическом плоде», наркотической интоксикации плода и грудного ребенка.
14	Нарушение функции социализации детей.
15	Негативное влияние наркотиков на растущий организм.
16	Мой выбор: противодействие сомнительным предложениям.

Приложение 2

Тематика классных часов по профилактике употребления алкоголя

1. «Отношение к алкоголю и последствиям его употребления у разных народов. Современная распространённость пьянства и алкоголизма.» (5кл.)
2. «Чижик-Пыжик. Пьющие дети» (4кл)
3. «Детки в пивной клетке» (6 кл.)
4. «Давайте выпьем или алкоголь по научному»(7кл)
5. «Алкоголь и женщина» (8кл)
6. Диспут «Алкоголь и семья. Влияние алкоголя на потомство. Нарушение детородной функции семьи.» (9кл)
7. Тренинг «Как противостоять групповому давлению и не употреблять психоактивные вещества» (10 кл)
8. «Алкоголь и преступления» (11кл)

Тематика классных часов по профилактике табакокурения

1. «Здоровый образ жизни» (1кл)
2. «Привычки полезные и вредные» (2кл)
3. «Влияние табака на здоровье» (3кл)
4. «Невидимые враги человека, которые мешают ему жить» (4кл)
5. «История распространения табакокурения» (5 кл)
6. Ролевая игра «Я против курения» (6кл)
7. «Женщина и табак» (7кл)
8. Курильщик- сам себе «могильщик» (8кл)

9. «Влияние табакокурения(активного и пассивного) на репродуктивные функции человека» (9- 10кл)
10. Затянься и будь «счастлив» (11кл)

Тематика классных часов по профилактике употребления наркотиков

1. «Прекрасное слово - жизнь!» (4 кл)
2. «Законодательные акты и мероприятия по ограничению табакокурения»-(5кл)
3. Семинар - тренинг «Профилактика наркомании в подростковой среде» -(6 кл)
4. «Наркотики: употребление, злоупотребление, болезнь»-(7 кл)
5. Тренинг «Сумей сказать нет!» -(8 кл.)
6. Круглый стол « Если друг оказался вдруг. » -(9 кл.)
7. Семинар - тренинг «Наркомания» -(10 кл.)
8. Семинар-тренинг «Мое решение» -(11 кл)

Тематика классных часов по профилактике социально значимых инфекций(ВИЧ/СПИД)

1. СПИД/ВИЧ - *мультфильм* «История и гипотезы»- (4 кл)
2. Остров СПИД (5 кл) - *с просмотром видеофильма*
3. В пределах АУТа (7кл) - *с просмотром видеофильма*
4. ВИЧ, СПИД, другие болезни поведения - (9 кл)
5. Беседа «Они умерли от СПИДа» - (10 кл.)
6. Император СПИД (11кл) - *с просмотром видеофильма*

Тематика родительских собраний по профилактике употребления ПАВ

- 1.** «Роль семьи в формировании здорового образа жизни» - (1 кл.)
- 2.** «Меры профилактики формирования компьютерной и гаджет - зависимости у ребенка» - (2 кл)
- 3.** «Свободное время - для души и с пользой» - (3 кл)
- 4.** «Вредные привычки - профилактика в раннем возрасте» (4 кл)
- 5.** . Просмотр и обсуждение фильма «Чижик-Пыжик. Пьющие дети» - (5 кл)
- 6.** «Спасем детей от дыма сигарет» - (6 кл)
- 7.** Тематическая беседа «Как определить, что ребенок начал употреблять наркотики?» - (7кл)
- 8.** «Как помочь ребенку сказать «нет» алкоголю и наркотикам» - 8 кл
- 9.** Беседа «Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?»- 9 кл
- 10.** «Подросток в мире вредных привычек» - (10 кл)
- 11.** Родительский всеобуч «СПИД - проблема XXI века» - (11кл)

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 _____
3. **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 _____
4. **В каком возрасте ты закурил первый раз? Укажи число полных лет.**
 - А) _____ лет
 - Б) не помню
 - В) твой вариант _____
5. **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 _____
6. **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 _____
7. **Пытаешься ли ты ограничивать количество выкуренных в день сигарет?**
 - А) да, пытаюсь ограничивать
 - Б) нет, не пытаюсь

В) твой вариант _____

8. Возникает ли у тебя желание бросить курить?

А) да, такое желание возникает часто

Б) да, возникает иногда

В) нет, не возникает

Г) твой вариант _____

9. 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 _____

9. 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:
4. Ваше отношение к алкоголю, курению, наркотикам?
 - отрицательное • нейтральное • положительное
5. Почему Вы курите? _____
6. В твоей компании девушки (юноши) курят?
 - да • нет • не знаю
7. Как ты к этому относишься?
 - положительно • безразлично • отрицательно • другое
8. Девушка (юноша), с которой(ым) ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?
 - положительно • отрицательно • безразлично • другое
9. Хотел(а) бы ты, чтобы твоя жена (муж) курил(а)?
 - да • нет • не знаю
10. Откуда вы получаете информацию о вреде ПАВ (курения, алкоголя, наркотиков)?
 - А) не получал
 - Б) от родителей
 - В) в школе
 - Г) из газет, журналов
 - Д) от друзей
 - Е) от сотрудников милиции
 - Ж) от наркологов
 - З) другое (указать) _____
11. Что из перечисленного достаточно часто имеет место в вашей школе или классе?
 - А) оскорбление
 - Б) драки
 - В) воровство денег наркотиков
 - Г) курение в здании
 - Д) вымогательство
 - Е) употребление
12. После уроков ты посещаешь:
 - А) факультативы в школе
 - Б) курсы
 - В) спортивную секцию
 - Г) кружки
 - Д) не занимаешься ничем
 - Е) другое _____
13. Для досуга и активного отдыха учеников в вашей школе проводят:
 - А) дискотеки
 - Б) классные вечера
 - В) «День здоровья»
 - Г) «Смотр строя и песни»
 - Д) спортивные соревнования

Е) походы

Ж) «День самоуправления»

З) ничего не проводят

И) другое (указать)

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

- заниматься спортом
- заниматься любимым делом
- посещать кружки, секции
- создать отряд правопорядка из подростков
- выпускать газету, направленную против вредных привычек
- Что-то еще (указать)

**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, б) эта проблема меня пока не волнует, в) 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.