

Государственное казенное учреждение Свердловской области  
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
«Содействие»»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКУ СО ЦППМСП  
«Содействие»

\_\_\_\_\_  
Н.В.Воробьева

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016г.  
Приказ № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА

## **ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ**

Программа предназначена для детей 1 – 4 классов

Срок реализации программы: 4 года по 8 занятий в год (32 занятия)

Составитель: Бекшаева С.В., социальный педагог

г. Реж, 2016 г.

## **Пояснительная записка**

На сегодняшний день во всех регионах Российской Федерации в соответствии с приказом министра образования РФ от 23.03.1999 г. № 718 приоритетным направлением в деятельности образовательных учреждений признана комплексная профилактика по предупреждению злоупотребления психоактивными веществами. Основопологающим документом, определяющим приоритеты в деятельности органов и учреждений образования в сфере антинаркотической профилактической работы, направленной на предупреждение наркомании, алкоголизма в основных сферах жизнедеятельности детей и молодежи, стала разработанная по приказу Минобразования России Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. Концепция была одобрена решением коллегии Минобразования России от 08.02.2000 г. №3/1 и решением Правительственной комиссии по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту от 22.05.2000г.

Опыт практической работы (А.Я.Варга, Н.В.Вострокнутов, Е.А.Кошкина) показал, что крайне быстрая деградация личности людей с наркотической зависимостью и объективная трудоемкость и долговременность восстановительных медико - психолого – педагогических реабилитационных воздействий, имеющих даже при качественном проведении низкую эффективность, требуют смещения основной направленности антинаркотической деятельности с лечения и реабилитации наркозависимых на предупреждение возникновения наркотизации, т.е. приоритетной должна являться именно первичная профилактика.

В рамках проведения первичной профилактики употребления психоактивных веществ среди детей 7 – 10 –летнего возраста, специалистами Центра была апробирована и одобрена Программа «Полезные привычки», разработанная в рамках проекта «Школьная программа по профилактике наркомании и алкоголизма». Авторы курса: Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С. / под ред. Романовой О. Л. Базой для разработки профилактической программы «Полезные привычки» являлись теория Бандуры и теория отклоняющегося поведения Джессора.

Данная программа имеет богатый теоретический и методический материал, который можно использовать в работе без изменений и дополнений.

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. В последнее десятилетие для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Сегодня проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, т.е. практически каждого пятого жителя страны. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, употребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня и дальнейшее нарастание существующих тенденций может вызвать необратимые последствия.

Происходит неуклонное «омоложение» наркоманов. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами и больных наркоманией, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий наркомании. Это возросшая в 7-11 раз смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, а также сопутствующих наркомании болезней: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов, венерических болезней, туберкулеза и других заболеваний. За последние 10 лет число смертей от наркотиков среди детей увеличилось в 42 раза, причем в 65 % случаев причиной смерти является передозировка.

Наркоманию называют «комплексным социо-психо-физиологическим расстройством». Данная проблема не терпит узковедомственного подхода. Она разрешима только при участии заинтересованных ведомств и широкого круга общественных организаций. Особое внимание должно уделяться обеспечению эффективного межведомственного взаимодействия в решении проблем профилактики наркомании. Работа по первичной профилактике и максимально раннему выявлению наркомании среди учащихся школ будет эффективна, если в ней будут принимать посильное участие те, кто непосредственно отвечает за их

воспитание и нравственное развитие: родители, педагоги, классные руководители, воспитатели, психологи, врачи, сотрудники органов внутренних дел.

Конечно, семья остается главным «щитом», преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости от психоактивных веществ остается учитель. 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.

С учетом актуальности данной проблемы профилактическая программа «Полезные привычки» разработана для того, чтобы попытаться решить проблему роста употребления психоактивных веществ детьми через самопознание, самовоспитания, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработку навыков здорового образа жизни.

Программа «Полезные привычки» разработана в рамках проекта «Школьная программа по профилактике наркомании и алкоголизма». Авторы курса: Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С. / под ред. Романовой О. Л. Базой для разработки профилактической программы «Полезные привычки» являлись теория Бандуры и теория отклоняющегося поведения Джессора.

Программа «Полезные привычки», ориентирована на начальную школу (1-4 кл.). Составлена на основе материалов «Полезные привычки», разработанными сотрудниками «Проекта ХОУП».

Программа "Полезные привычки" придерживается концепции ранней профилактики аддиктивного поведения в детской среде, провозглашенной Всемирной организацией Здравоохранения.

Целями первичной профилактической деятельности по профилактике злоупотребления ПАВ являются: изменение ценностного отношения детей к ПАВ, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающее

снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции; сдерживание вовлечения детей в прием ПАВ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирование антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений. Обучающая профилактическая программа «Полезные привычки» предполагает реализацию целей первичной профилактики в образовательном учреждении.

Программа «Полезные привычки» воплотила в себе современный подход к превентивному обучению школьников, она не только предоставляет детям необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе, но и формирует здоровые установки и ответственное поведение. Хотя программа рассчитана на обучающихся начальной школы и сосредоточена на предупреждении приобщения к употреблению широко распространенных табака и алкоголя, их долговременная задача – предупреждение приобщения к наркотикам. «Полезные привычки» служит важным источником объективной информации и комплекса упражнений для развития личностной и социальной компетенции.

Превентивная программа «Полезные привычки» направлена на приобретение обучающимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ.

Учебный комплект дифференцирован по возрастам обучающихся. Программа построена на принципах интерактивного обучения, т.е. для ее внедрения и успешной работы педагогические работники образовательного учреждения должны овладеть групповыми методами работы.

Перечисленные особенности программы позволяют сделать вывод о том, что ее внедрение в практику должно инициировать:

- потребность у детей в здоровом образе жизни;
- создание системы профилактики в образовательном учреждении;
- разработку программ и проектов по другим направлениям профилактической деятельности образовательного учреждения,

- формирование потребностей у педагогических работников ОУ в повышении своего профессионального мастерства,
- взаимодействие ОУ с другими субъектами профилактики.

### **Цель программы:**

Создание условий для овладения обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирования здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

### **Задачи:**

1. Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний обучающихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.

2. Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.

3. Учить детей эффективно общаться.

4. Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.

5. Помочь школе и родителям в предупреждении приобщения обучающихся начальной школы к табаку и алкоголю.

### **Принципы работы по профилактической программе «Полезные привычки»:**

- Программа ориентирована на особенности организации учебного процесса, являющегося в школе главным.

- Занятия не должны напоминать школьные уроки, поэтому из них стоит исключить задания, характерные для традиционных уроков. Это – тренинги, семинары, круглые столы, интерактивные занятия с преобладанием вопросов открытого типа и т.д.

- Содержание программы реализуется посредством воспитательных мероприятий - на классных часах.

- Работать по данной профилактической программе может специалист, имеющий свидетельство (удостоверение, сертификат) или прошедший обучение по работе с данной категорией программ.

### **Основные компоненты работы:**

- Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.

- Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства с миром во всей его полноте.

- Образовательный – обеспечивает детей знаниями о: чувствах, эмоциях, конструктивных способах разрешения проблем, о психоактивных веществах.

**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 в рамках программы «Полезные привычки»:

- ✓ 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 представлений о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

**Легитимность:** профилактическая работа по данной программе 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).



## **Методы работы по программе**

Кооперативное обучение – это метод, когда в небольших группах (от 2 до 8 человек) ученики взаимодействуют, решая общую задачу.

Мозговой штурм - используется для стимуляции высказывания детей по теме или вопросу.

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

Ролевое моделирование - осуществляется в форме драматических представлений, ролевых игр, передач, телевизионных шоу и др. в этих видах деятельности дети тренируют социально желательное поведение под руководством учителя.

Упражнения - энергизаторы или подвижные физические групповые игры, оживляющие активность группы.

## **Основное содержание**

Учебное пособие «Полезные привычки» по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми начальной школы включает:

- Пособие для учителей;
- Рабочие тетради для учеников с 1 по 4 класс в отдельности;
- Материалы для родителей;
- Методические рекомендации по оценке эффективности превентивного обучения;
- Пособие для учителей содержит описание целей, задач, используемых понятий, методов превентивного обучения и планы уроков с 1 по 4 классы.

Планов уроков в программе - 32. Для каждой возрастной ступени разработаны 8 уроков, разделенных на 4 блока по 2 урока в каждом.

*1 блок – «Я».*

*2 блок – «Я и другие»*

*3 блок – «Формы неагрессивного противодействия чуждому давлению»*

*4 блок – «Информация о ПАВ»*

В планах уроков темы повторяются. Это сделано для того, чтобы каждая из них рассматривалась более полно по мере развития учеников, соответствовала возрастному объему их знаний и уровню личностной и социальной компетенции. Планы уроков гибкие. Они позволяют учителю менять, дополнять их содержание для максимального соответствия особенностей класса.

Рабочие тетради, предусмотренные для детей с 1 по 4 класс в отдельности, содержат название урока, словарь, задания к каждому уроку, выводы и оценку урока учениками.

Материалы для родителей содержат краткую информацию по предупреждению употребления табака, алкоголя и других ПАВ со стороны родителей. Они дополняют и развивают знания и навыки, формируемые учителем на уроках.

Методические рекомендации включают все необходимые сведения и вопросники для проведения опросов обучающихся.

Работа по комплекту программы «Полезные привычки» предполагает достижение следующих результатов:

- Полученные знания позволяют детям понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни.
- Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.
- Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
- Дети получают знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

### **Итоговый контроль:**

Анализ контрольных материалов по основным проблемам курса, представленных в рабочих тетрадях обучающихся.

### **Ожидаемые результаты реализации программы:**

1. Повышение уровня воспитанности и правового воспитания обучающихся.

2. Поддержание благоприятной эмоциональной психологической атмосферы в образовательном учреждении.

3. Проявление навыков ЗОЖ в повседневной практической деятельности обучающихся.

### Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>32 часа</b>
<b>Название темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1 класс</b>	
Я – неповторимый человек.	1
Культура моей страны.	1
Чувства.	1
О чем говорят чувства.	1
Множество решений.	1
Решение и здоровье.	1
Нужные и ненужные тебе лекарства.	1
Пассивное курение.	1
Учусь делать здоровый выбор.	
<b>2 класс</b>	
Вкусы и увлечения.	1
Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	1
О чем говорят выразительные движения.	1
Учусь понимать людей.	1
Опасные и безопасные ситуации.	1
Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	1
Реклама табака и алкоголя.	1
Правда об алкоголе.	1
<b>3 класс</b>	
Мой характер.	1
Учусь оценивать себя сам.	1
Учусь взаимодействовать.	1
Учусь настаивать на своем.	1
Я становлюсь увереннее.	1
Когда на меня оказывают давление.	1
Курение (часть 1).	1
Курение (часть 2)	1

	<b>4 класс</b>	
	Самоуважение.	1
	Привычки.	1
	Дружба (часть 1)	1
	Дружба (часть 2)	1
	Учусь сопротивляться давлению.	1
	Учусь говорить «нет».	1
	И снова алкоголь.	1
	Алкоголь в компании.	1

## Список литературы:

1. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодёжи. Под ред. Н.А.Сирота, В.М.Ялтонского. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

2. Зарубежный опыт первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних. Под ред. Л.С. Шпилени, Н.А.Гусева и др – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

3. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Под ред. М.В.Антроповой, Е.А. Бабенковой и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

4. Интерактивные формы профилактической и консультативной антинаркотической работы в СМИ и Интернет – сети. Под ред. Н.К.Харитоновой, Л.О.Пережогина, А.Ю.Лесогорова – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

5. Профилактическая работа с несовершеннолетними различных групп социального риска по употреблению психоактивными веществами. Под ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.