

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5**

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по ВВВР

Ж.Т. Артыкбаева
« 31 » 08 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 5

Н. Ю. Петкова

Приказ МБОУ СОШ №5

№Ш5-13-929/3 от 31.08.2023



**ПРОГРАММА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ
АЛКОГОЛЯ, ТАБАКОКУРЕНИЯ, ПСИХОАКТИВНЫХ
ВЕЩЕСТВ И ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
«МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ»**

Программа рассчитана на детей среднего школьного возраста 11-17 лет
Срок реализации программы 1 год

Глимьянова Финария Финатовна,
социальный педагог

г. Сургут, 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт программы	2-3 стр.
2	Актуальность программы	3-4 стр.
3	Цель программы	4 стр.
4	Задачи программы	4 стр.
5	Ожидаемые результаты	5 стр.
6	Участники программы	6 стр.
7	Сроки реализации программы	6 стр.
8	Нормативно-правовые акты	6 стр.
9	Содержание программы. Этапы.	6-11 стр.
10	Механизм реализации программы. Формы и методы работы.	11 стр.
11	Ресурсы	11-12 стр.
12	Финансово-экономическое обоснование	12-14 стр.
13	Литература	14-15 стр.
14	Диагностический инструментарий <i>(приложение к программе)</i>	16-27 стр.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

по профилактике употребления алкоголя, табакокурения, психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни «Мы выбираем жизнь!»

Наименование программы	Программа по профилактике употребления алкоголя, табакокурения, психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни «Мы выбираем жизнь!»
Разработчики программы	Глимьянова Ф.Ф., социальный педагог МБОУ СОШ № 5
Цель программы	Предотвращение употребления психоактивных веществ и пропаганда здорового образа жизни среди несовершеннолетних.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none">1. Изучить учебно-методические материалы. Определить стратегии и тактики деятельности.2. Выявить несовершеннолетних «группы риска», используя диагностик, анкетирования и оказать специализированную адресную помощь в охране психофизического и нравственного здоровья учащихся.3. Организовать мероприятие, направленные на профилактику употребления ПАВ, в том числе и совместные с родителями, с социально-культурными учреждениями города и с социальными партнёрами.4. Анализировать и подводить итог работы, планирование на следующий год с учётом рекомендаций, выработанных в результате анализа.
Сроки реализации программы	2023-2024 учебный год
Исполнители программы	Социальный педагог, педагог-психолог, учителя, классные руководители МБОУ СОШ № 5
Ожидаемые конечные результаты реализации	✓ Повышение уровня информированности школьников о

программы	<p>формах рискованного поведения, здоровьесберегающей позиции учащихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Увеличение количества учащихся МБОУ СОШ №5, занятых в учреждениях молодежной политики, образования, культуры и спорта г. Сургута; ✓ Рост доли специалистов социальных партнеров, задействованных в совместных мероприятиях по антинаркотической направленности. ✓ Снижение количества правонарушений учащимися МБОУ СОШ №5.
-----------	---

2. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

*Вот они вечные истины эти:
поздно заметили... мимо прошли... нет!
Не рождаются «трудными» дети!
Просто им вовремя не помогли!*

В 2021 году было проведено социологическое исследование по теме: «Распространённость употребления вредных веществ среди обучающихся в МБОУ СОШ города Сургут». Инициировали данное исследование бюджетное учреждение «Центра медицинской профилактики» Ханты-Мансийского округа совместно с Департаментом образования Сургута.

В аналитическом отчете представлена следующая характеристика:

В социологическом исследовании приняло участие 1688 обучающихся из 34 школ города Сургута, в возрасте от 12 до 17 лет.

- ✓ *основной возраст первой пробы сигарет приходится на 13-14 лет (37,7%).*
- ✓ *20,8% детей начали курить, когда им не исполнилось и 11 лет.*
- ✓ *35,5% из всех курящих на сегодняшний день подростков признались, что имеют стойкую никотиновую зависимость*
- ✓ *41,2% школьников, оправдывая себя, заявляют, что таким образом снимают стресс*
- ✓ *78,2% из тех, кто попробовал курить на сегодняшний день уже бросили*
- ✓ *3,3% опрошенных школьников, в этом году признались, что пробовали употреблять насвай, и 1% продолжают это делать постоянно.*
- ✓ *20,5% детей попробовали алкогольные напитки в возрасте до 11 лет.*

В данном аналитическом отчете рекомендуется муниципальным образовательным учреждениям г. Сургута начинать профилактику

потребления психоактивных веществ до первой пробы, то есть до 11 лет, с обязательным охватом родителей.

Опыт работы с несовершеннолетними показывает, что основными причинами употребления ПАВ среди сверстников являются:

- ✓ слабый контроль родителей за поведением детей вне дома,
- ✓ устойчивое антиобщественное поведение,
- ✓ отрицательное влияние окружающих,
- ✓ уверенность в безнаказанности
- ✓ и генетическая предрасположенность.

Не будем забывать и о возрастных психологических особенностях.

В психическом развитии подростка основная роль принадлежит устанавливающейся системе социальных взаимоотношений с окружающими. Находясь в состоянии повышенной эмоциональной возбудимости, подростки легко могут попасть под дурное влияние, поскольку внешний эффект оказывает порой сильное воздействие.

Школа предоставляет удобную возможность охватить профилактикой все возрастные группы обучающихся, она служит хорошей базой для проведения мероприятий по работе со специфическими группами, имеющими повышенный риск злоупотребления психоактивными веществами.

В связи с вышеизложенным назрела необходимо обновить Программу по профилактике употребления алкоголя, табакокурения, психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни.

Данная программа является результатом поиска эффективных путей по профилактике употребления алкоголя, табакокурения, психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни среди несовершеннолетних и может реализовываться в образовательных учреждениях города, округа.

3. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Предотвращение употребления психоактивных веществ и пропаганда здорового образа жизни среди несовершеннолетних.

4. ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1. Изучить учебно-методические материалы. Определить стратегии и тактики деятельности.
2. Выявить несовершеннолетних «группы риска», используя диагностик, анкетирования и оказать специализированную адресную помощь в охране психофизического и нравственного здоровья учащихся.
3. Организовать мероприятие, направленные на профилактику употребления ПАВ, в том числе и совместные с родителями, с социально-культурными учреждениями города и с социальными партнёрами.
4. Анализировать и подводить итог работы, планирование на следующий год с учётом рекомендаций, выработанных в результате анализа.

5. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся должны знать:

- ✓ о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ;
- ✓ о факторах, влияющих на здоровье человека;
- ✓ признаки здорового человека;
- ✓ источники влияния и давления;
- ✓ безопасные интересные способы проведения времени;
- ✓ вредное влияние ПАВ на организм человека; болезни, связанные с применением ПАВ;
- ✓ причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании).

Обучающиеся должны уметь:

- ✓ применять полученные знания на практике;
- ✓ уметь говорить «Нет»;
- ✓ вести активный здоровый образ жизни;
- ✓ понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними;
- ✓ принимать рациональные решения;
- ✓ анализировать собственные качества.

Обучающиеся должны приобрести навыки:

- ✓ сопротивления давления и развития личностной и социальной компетентности;
- ✓ эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления;
- ✓ самоконтроля, самооценки;
- ✓ преодоления стресса, тревоги;
- ✓ ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ;
- ✓ преодоления жизненных трудностей в целом;
- ✓ самовыражения через увлечения, развивающие личность;
- ✓ работы в коллективе;
- ✓ высказывания своих мыслей;
- ✓ изучения научной литературы.

Реализация мероприятий Программы позволит к концу 2023-2024 учебного года **достичь:**

1. Повышение уровня информированности школьников о формах рискованного поведения, здоровьесберегающей позиции и поведения;
2. Увеличения количества учащихся МБОУ СОШ № 5 занятых в учреждениях молодежной политики, образования, культуры и спорта г. Сургута;
3. Роста доли специалистов социальных партнеров, задействованных в совместных мероприятиях по антинаркотической направленности;
4. Снижение количества правонарушений учащимися ОУ.

6. УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ

Участниками программы являются учащиеся 5-11 классов МБОУ СОШ № 5. Возраст учащихся 11-17 лет.

7. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на 2023- 2024 учебный год.

8. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ АКТЫ

Основные законодательные и нормативно-правовые акты по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних

- ✓ Конвенция о правах ребенка;
- ✓ Конституция Российской Федерации;
- ✓ Семейный кодекс РФ;
- ✓ Законы Российской Федерации:
- ✓ «Об образовании» с внесёнными изменениями и дополнениями;
- ✓ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998г. №124-ФЗ;
- ✓ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.06.1999г. №120-ФЗ;
- ✓ «О внесении изменений и дополнений в Федеральный закон «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 07.07.2003г. № 111-ФЗ.

9. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Сроки и этапы реализации программы

Программа по профилактике употребления алкоголя, табакокурения, психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни «Мы выбираем жизнь!» содержит 4 этапа:

Подготовительный этап (сентябрь 2023г.)

- ✓ Изучение нормативно – правовой базы.
- ✓ Определение стратегии и тактики деятельности.
- ✓ Укрепление межведомственного сотрудничества.
- ✓ Обобщение имеющегося опыта работы.
- ✓ Разработки методик и проведение в школе социологического исследования детей, учителей, родителей, направленной на профилактику ПАВ.
- ✓ Поиск форм и методов вовлечения учащихся во внеурочную деятельность.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Изучение нормативных документов по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и	Сентябрь 2023 года	Педагог-психолог Социальный

	употребления ПАВ		педагог
2	Ретроспективный анализ литературы по данному направлению	Сентябрь 2023 года	Педагог-психолог Социальный педагог
3	Организационная работа по подготовке документации для проведения добровольного тестирования обучающихся на предмет употребления наркотических средств.	Сентябрь 2023 года	Педагог-психолог
4	Составление социальных паспортов школы и классов с целью получения необходимой информации о детях, обучающихся в школе.	Сентябрь 2023 года	Социальный педагог
5	Утверждение программы по профилактике употребления алкоголя, табакокурения, психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни «Мы выбираем жизнь...»	Сентябрь 2023 года	Социальный педагог

Диагностический этап (сентябрь 2023 г.)

На данном этапе проводится мониторинг в школе. Основные методы работы на данном этапе: тестирование, анкетирование, беседы. Цель данного этапа – информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление детей «группы риска».

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Участие социально-психологическом тестирование	Сентябрь 2023 года	Педагог-психолог Социальный педагог
2	Анкетирование «Выявление уровня вовлеченности обучающихся в употребление ПАВ, алкоголя, табачных изделий»	по согласованию	Педагог-психолог Социальный педагог
3	Сбор информации занятости обучающихся	Сентябрь 2023 года	
4	Диагностика учащихся с целью выделения «группы риска», дальнейшего прогноза. Взаимодействие с классными руководителями.	Сентябрь 2023 года	Педагог-психолог
5	Составление базы «группы риска», социального паспорта школы	Сентябрь 2023 года	Социальный педагог

Профилактический этап (октябрь 2023г. – апрель 2024г.)

Внедрение программы через проведение традиционных мероприятий, направленных на решение задач:

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Взаимодействие с учреждениями
1	Обучающий семинар для педагогов. Тема: «Возрастные особенности подростков»	Октябрь 2023 год	Педагог-психолог	БУ ХМАО-Югры «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»
2	Беседа на тему: «Мы выбираем жизнь»	Октябрь 2023 год	Социальный педагог	
3	Изготовление буклетов, листовок для родителей на тему: «Не дай подростку ошибаться».	Октябрь 2023 год	Социальный педагог Педагог-психолог	
4	Реализация программы внеурочной деятельности «Я принимаю вызов»	Сентябрь – май 2024 год	Специалисты реализующие программы	
5	День Здоровья	Октябрь 2023 год	Социальный педагог Учитель физической культуры	
6	Родительское собрание на тему: «Раннее выявление негативных привычек у несовершеннолетних», «Рекомендации по учету в работе с родителями психологических особенностей школьников разного возраста»	Октябрь 2023 год Апрель 2024 год	Педагог-психолог	
7	Проведение мероприятий,	Ноябрь 2023 год	Социальный педагог	

	посвященных Всероссийской акции правовой помощи детям»			
8	Тренинг	«Умение		

			руководители	
15	Рефлексивная беседа «Состав табачного дыма и табачных смол»	Февраль 2024 год	Социальный педагог	Учреждения здравоохранения
16	Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков»	Февраль 2024 год	Социальный педагог	УМВД России по г.Сургуту
17	День кино. Просмотр фильма про запрете курения.	Март 2024 год	Социальный педагог	
18	Проведение мероприятий. приуроченных к Всемирномудню здоровья. Конкурс презентаций «Мой выбор: здоровье и успешное будущее»	Апрель 2024 год	Социальный педагог Классные руководители	
19	Мозговой штурм «Психические расстройства и расстройства поведения связанное с употреблением психоактивных веществ»	Апрель 2024 год	Социальный педагог Педагог-психолог	Учреждения здравоохранения
20	Круглый стол «Моя занятость. Как я проведу лето»	Апрель 2024 год	Социальный педагог, педагог-психолог	Отдел молодежной политики г.Сургута
21	Проведение акции «Бирюзовая ленточка», приуроченной к Международному дню отказа от курения и Всемирному дню без табака	Ноябрь 2023 год Май 2024 год	Социальный педагог Классные руководители	
22	Школьный конкурс с привлечением родителей (законных представителей) «Мы за здоровый образ жизни»	Апрель 2024 год	Социальный педагог, педагог-психолог	

23	«День инспектора». Тема: «Безопасные каникулы»	Май 2024 год	Социальный педагог	УМВД России по г.Сургуту
24	Семинар для педагогов на тему: «Организация каникулярной занятости в летний период»	Май 2024 год	Социальный педагог, педагог-психолог	

Отслеживание и анализ результатов (май 2024г.)

- ✓ Обработка и интерпретация полученной в ходе реализации программы информации, соотношение результатов реализации программы с поставленными целями и задачами, определение перспектив развития школы в этом направлении.
- ✓ Анализ и подведение итогов, дальнейшее планирование с учетом выработанных рекомендаций.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1.	Социальный прогноз. Анализ реализации программы.	Май 2024 год	Социальный педагог Педагог-психолог
2.	Аналитический отчет о проделанной работе за год. Результаты, планирование.	Май 2024 год	Социальный педагог Педагог-психолог

10. ФОРМЫ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Класс	Формы и методы работы
5-7 классы	Тренинги, ролевые игры, контекстное обучение, инсценирование, беседы с элементами рассуждения, мини-спектакль, анкетирование.
8-9 классы 10-11 классы	Тренинги, мозговой штурм, дискуссии, деловые игры, беседы с элементами рассуждения, круглые столы, лекции, классные часы, конференции, ролевая и деловая игра, показ видеоматериалов с антинаркотическим содержанием, социологический опрос.
Педагогический коллектив	Семинары, конференции, лекции, встречи социальными партнерами

11.РЕСУРСЫ

Ресурсы, необходимые для реализации	
--	--

программы	
Кадровые обеспечение	Координатор – заместитель директора по ВВВР Артыкбаева Жамиля Туремуратовна Руководитель – автор и разработчик программы - социальный педагог Глимьянова Финаярия Финатовна,
Материально-технические	<ul style="list-style-type: none"> ✓ наличие помещений для осуществления консультативной работы, проведение тренинга, мероприятий; ✓ кабинет социального педагога; ✓ кабинет для проведения индивидуальных консультаций и диагностики; ✓ компьютер; ✓ интерактивная доска; ✓ принтер.
Информационные ресурсы	<ul style="list-style-type: none"> ✓ сайт школы ✓ составление, оформление памяток, буклетов; ✓ оформление фотоальбома «Мы выбираем жизнь»;
Методические ресурсы	✓ оформление сборника для педагогов «Методическая копилка».

12. ФИНАНСОВО-ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ:

№	Наименование мероприятия Проекта / вид расходов	Кол-во	Цена	Стоимость	Источник финансирования	Обоснование
1. Приобретение канцелярских товаров:						
1	Цветная бумага	10 шт.	65 руб.	650 руб.	Собственные средства и внебюджетные средства образовательного учреждения	Организация и проведение мероприятий, занятий. Информационное обеспечение программы
2	Краски	50 шт.	120 руб.	6000 руб.		
3	Альбомы	50 шт.	35 руб.	1750 руб.		
4	Цветные карандаши	50 шт.	50 руб.	2500 руб.		
5	Клей	10 шт.	30 руб.	300 руб.		
6	Офисная	5	400	2000 руб.		

	бумага	шт.	руб.			
2. Приобретение расходных материалов для оргтехники						
1	Заправка картриджа цветного	4 шт.	3000 руб.	12000 руб.	Собственные средства и внебюджетные средства образовательного учреждения	
3. Приобретение игр, методического и дидактического инструментария для детей целевой группы (средний, старший школьный возраст):						
1	Дидактические игры и пособия по темам: «Моё здоровье», «Я человек», «Культура поведения», «Вредные привычки».	4 шт.	500 руб.	2000 руб.	Собственные средства и внебюджетные средства образовательного учреждения	Специфика обучения и воспитания детей среднего и старшего школьного возраста
2	Профессиональная брейн-система на 7 команд (Интеллектуальная игра «Брейн-ринг»)	1 шт.	40 000 руб.	40 000 руб.	Средства Гранта	
4. Приобретение школьной атрибутики:						
1	Футболки с эмблемой «Я выбираю жизнь!»	20 шт.	500 руб.	10000 руб.	Средства Гранта	Специфика обучения и воспитания детей среднего и старшего школьного возраста
2	Грамоты (с символикой школы)	100 шт.	30 руб.	300 руб.	Собственные средства и внебюджетные средства образовательного учреждения	
3	Баннер	2 шт.	1000 руб.	2000 руб.		

4	Значки	100 шт.	50 руб.	5000 руб.	го учреждения	
ИТ ОГ О:	Собственные средства и внебюджетные средства образовательного учреждения					34500 руб.
	Средства Гранта					50 000 руб.

13. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Асфандияров Р.И., Полуниин И.Н., Великанова Л.П., Батыршина И.Ф. «Это полезно знать родителям подростков», Астрахань – 2005.
2. Великанова Л.П., Каверина О.В. Пособие «Как предупредить наркоманию у детей и подростков», Астрахань-2003.
3. Великанова Л.П., Каверина О.В. Пособие «Что такое созависимость и как ее избежать», Астрахань-2003.
4. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М., 2005.
5. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Программа профилактики курения в школе. М., 2005.
6. Л.П. Великанова, О.Г. Климчук, Н.Н. Касаткин, О.В. Каверина, А.Г. Феоктистов. Осторожно, наркотики! (Учебно-методическое пособие) Астрахань 2011 - 36 с.
7. Макеева А.Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образовательному учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами». – М.: Просвещение, 2003.
8. Макеева А.Г. Не допустить беды: Помогая другим, помогаю себе: Пособие для работы с учащимися 7 -8 кл.: В помощь образовательному учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами». – М.: Просвещение, 2003.
9. Методические рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов по проведению тренинга по профилактике наркомании среди обучающихся 5-9 классов: методические рекомендации. /авт.-сост. С.А. Подосинников – Астрахань: Издательство ГАОУ АО ДПО «Институт развития образования», 2017. – 34 с.
10. Подосинников С.А. «Работа с родителями обучающихся по профилактике наркомании в целях предупреждения ее распространения в образовательных организациях»
11. Работа с родителями обучающихся по профилактике наркомании в целях предупреждения ее распространения в образовательных организациях.: методические рекомендации. / авт.-сост. С.А. Подосинников – Астрахань: Издательство ГАОУ АО ДПО «Институт развития образования», 2017. – 39 с.
12. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., 2003.
13. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. М., 2006.

14. Шарапановская Е.В. Социально-психологическая дезадаптация детей и подростков. М., 2005.

14. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

приложение 1.

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 _____
4. 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
 - з) твой вариант _____
5. В каком возрасте ты закурил первый раз? Укажи число полных лет.
 - а) ___ лет
 - б) не помню
 - в) твой вариант _____
6. 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 _____
7. 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 _____
8. Пытаешься ли ты ограничивать количество выкуренных в день сигарет?
- а) да, пытаюсь ограничивать;
- б) нет, не пытаюсь
- в) твой вариант _____
9. Возникает ли у тебя желание бросить курить?
- а) да, такое желание возникает часто
- б) да, возникает иногда
- в) нет, не возникает
- г) твой вариант _____
10. 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 _____
11. 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 _____.

приложение 2.

Анкета «Мое отношение к ПАВ»

1. Ваше образовательное учреждение _____
2. Пол: ___ М; ___ Ж
3. Возраст: 15-16 _____ 17-18 _____
4. Ваше отношение к алкоголю, курению, наркотикам?
- а) отрицательное
- б) нейтральное
- в) положительное
5. Почему Вы курите? _____
6. В твоей компании девушки (юноши) курят?
- а) да
- б) нет
- в) не знаю
7. Как ты к этому относишься?
- а) положительно
- б) безразлично

в) отрицательно

г) другое

8. Девушка (юноша), с которой(ым) ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?

а) положительно

б) отрицательно

в) безразлично

г) другое.

9. Хотел(а) бы ты, чтобы твоя жена (муж) курил(а)?

а) да

б) нет

в) 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 личности

б) драки

в) воровство

г) курение в здании или около школы

д) вымогательство денег

е) употребление алкоголя

ж) употребление наркотиков

з) другие антиобщественные поступки (какие) _____

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) _____

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

- а) заниматься спортом
- б) заниматься любимым делом
- в) посещать кружки, секции
- г) создать отряд правопорядка из подростков
- д) выпускать газету, направленную против вредных привычек
- е) что-то еще (указать) _____

приложение 3.

Анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к ПАВ

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

16. 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.

приложение 4

Рекомендации по учету в работе с родителями психологических особенностей школьников разного возраста

Для того чтобы родители понимали мотивы поведения и поступков детей, понимали причины побуждающие ребенка употреблять ПАВ, родителям необходимо знать его возрастные психологические особенности.

Возрастные особенности младших школьников (1-4 классы)

Работа с младшими школьниками по предупреждению употребления ПАВ имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе (один учитель, сравнительно небольшая нагрузка, возможность осуществлять воспитание учащихся в тесной связи с обучением и т.п.), а с другой - психологическими особенностями младших школьников. В связи с этим следует учитывать следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с учащимися начальных классов.

1. Учитель - непререкаемый авторитет для младших школьников. Поэтому не только отдельные его высказывания, но и стиль поведения, отношение к тому

или иному предмету оказывают воздействие на учащихся. Негативное мнение учителя о курении, приеме алкоголя и наркотиков особенно среди подростков и молодежи, должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на авторитетные для ребенка мнения.

2. Младшие школьники обычно воспринимают мир в полярных категориях: "хорошо - плохо", "правильно - неправильно", "плохой человек - хороший человек" и т.п.

3. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка облачаться в "одежды темного цвета", противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному.

4. Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель, взрослый, более ярко, фантастично, сказочно.

5. Стимуляция представлений ребенка - важный элемент его воспитания и развития. Рассказывая младшему школьнику о чем-то, учителю, родителю надо периодически делать паузы, давать ученику возможность самому представить тот или иной образ.

6. Склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов работы, касающихся профилактики употребления ПАВ.

7. Большая, чем у старшеклассников, связь младших школьников с родителями определяет возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к употреблению ПАВ.

8. У учащихся младших классов почти отсутствует ощущение определенной "разорванности" картины мира, к которому приводит свойственная основной и старшей школе предметная разобщенность. Поэтому учителю, родителям предоставляется больше возможностей связать курение, как и другие вредные привычки, со всем, что воспринимается ребенком в негативном контексте.

Общими чертами младших школьников являются: восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия ПАВ, или даже способствовать формированию установки на "престижность" их потребления с уже осознанным намерением ощутить то, что ощущают взрослые, и тем самым как бы уравнивать себя с недоступным ранее взрослым.

Неуспешная учебная деятельность, конфликтные отношения с учителем и низкий статус в классе приводит к депривации потребности в признании, что вызывает к жизни неадаптивные защитные механизмы. При пассивном типе поведения появляются замкнутость, лень, апатия, уход в фантазии. При активном поведении защита может оборачиваться агрессией, компенсируя школьную неуспешность в других сферах, в том числе в асоциальной деятельности.

К концу обучения в начальной школе в классе могут образовываться группы детей (чаще мальчиков), которые утверждают себя через некоторое противостояние требованиям и мнению учителя. В этом возрасте детей уже начинает интересовать все, что связано с ПАВ. Это выступает как запретный и неизвестный мир и, как все незнакомое и запретное, вызывает особое любопытство.

Немаловажным фактором приобщения к вредным привычкам может стать и то обстоятельство, что младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного саморазрушающего поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует "чудеса храбрости": не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед мчащейся машиной, забирается на крышу, совершает множество других "подвигов". В том случае, если у ребенка недостаточно сформированы функции самоконтроля, стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение.

Предупреждение употребления ПАВ у детей младшего школьного возраста, основанное на разъяснении вредных последствий для организма, затруднено отсутствием у детей базисных знаний из области анатомии и физиологии человека, поэтому у них складывается абстрактное, личностно незначимое отношение к курению и приему алкоголя. Это обуславливает определенные требования к ранней профилактике вредных привычек. Например, чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в образной и доступной форме объяснить, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь, и не стремиться раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в последующих классах.

Основным направлением работы по предупреждению употребления ПАВ должно стать обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, условием чего является отказ от вредных привычек.

Такая постановка вопроса создает основу для формирования здорового образа жизни в целом. А вот запугивание последствиями курения не только перестает со временем восприниматься детьми, но и формирует у них неосознанный страх за здоровье курящих родителей.

Таким образом, основные задачи предупреждения развития вредных привычек у младших школьников - разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного здорового образа жизни и несовместимости с этим употребления ПАВ, а также рассмотрение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.

Возрастные особенности младших подростков 5-6 класса

Возраст 10-11 лет - пограничный между детством и отрочеством. В 11 лет начинается перестройка организма, ребенок становится импульсивным, проявляет

негативизм, для него характерны частая смена настроений, ссоры со сверстниками, бунты против родителей.

Психологические особенности учащихся 5-6 классов. В связи с началом этапа полового созревания происходят следующие изменения: дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, взаимоотношения со взрослыми, если учителя и родители найдут целесообразные, щадящие методы и формы взаимодействия с ребенком.

Именно в этом возрасте проявляется не подкрепленное еще реальной ответственностью "*чувство взрослости*" - особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром.

"Чувство взрослости" проявляется в противоречивом желании "быть взрослым":

- с одной стороны - стремление утвердить себя как старшего, выросшего; потребность в равноправии, уважении и самостоятельности; требование серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых;
- с другой стороны - повышенная зависимость от взрослых, "прилипчивость" к классному руководителю, плач, капризы, желание оказаться в ситуации опеки и зависимости.

Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность их потребностей обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если взрослые не предлагают детям средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом - уверенностью подростка в несправедливости и необъективности взрослых: учителей, родителей.

В знак протеста против диктата родителей подростки могут делать все "назло": пропускать уроки, курить, дружить с теми, с кем запрещают родители. В более острых ситуациях подростки могут убежать из дома, начинают употреблять спиртные напитки, наркотики, токсические вещества.

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел.

Стремление экспериментировать, используя свои возможности, - едва ли не самая яркая характеристика младших подростков. Если взрослые не предоставляют младшим подросткам развивающих культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме - в экспериментах со своей внешностью, в первых пробах курения, употребления спиртных напитков и т.д.

Сообщество взрослых ожидает от подростков способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией, именно она

создает условия для возможного понимания другой культуры, другой эпохи, другого мировоззрения. У школьников она только начинает формироваться в подростковом возрасте, при умелом построении диалога она может окрепнуть и стать личностным образованием. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Речь идет о создании ситуаций, которые учат подростков принимать разные точки зрения.

Младшие подростки характеризуются резким ростом познавательной активности и любознательности, возникновением познавательных интересов. В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни - это период "зенита любознательности". Проявления любознательности поверхностны и практически не имеют связи со школьной программой. Эта любознательность отражает увеличившийся интерес школьника к окружающему миру. Подросток ощущает свои возросшие возможности, что имеет существенное значение для "подпитки" чувства взрослости. В это время интересы еще достаточно неустойчивы, легко меняются. Специфика интересов заключается в потребности подростка в общении со сверстниками: общие увлечения дают повод для общения, определяют его содержание и средства. В значительной части случаев подросток интересуется тем, чем интересуются его друзья. С этим связана и характерная для подростков "мода на интересы", когда какое-либо увлечение как бы внезапно охватывает весь класс, параллель, а иногда и всю школу. Подобная "мода" может причудливо соединять в различные комбинации самые разные интересы - от достаточно возвышенных до простых и даже вредных. Известны случаи, когда младшие школьники начинают курить вследствие появившейся в школе "моды на курение".

Своеобразной чертой подростковых интересов является безоглядность увлечения, когда интерес часто случайный и ситуативный, вдруг приобретает сверхценный характер, становится чрезмерным.

Возрастные особенности подростков 7-8 классы

13 лет - начало длительного и одного из важных периодов развития человека, - "возраст второго рождения личности". В психологическом облике 13-летнего подростка во многом сохраняются "детские черты" и наиболее полное воплощение получают те линии развития, которые прослеживаются на протяжении предподросткового и младшего подросткового возраста.

Признаки наступления переломного момента между детством и пубертатной стадией:

- настроение характеризуется повышенной лабильностью, постоянными переходами между веселостью и грустью, унынием с чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром;
- мир психических переживаний становится пронизанным парадоксальностью: уверенность в себе сменяется робостью и застенчивостью; чрезмерная активность - пассивностью; эгоизм чередуется с альтруистичностью; тяга к общению - с замкнутостью;

- проявляется повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят, и что о нем говорят; подросток становится легко возбудимым, раздражительным и одновременно незащищенным, ранимым;
- общее снижение работоспособности с чувством физического недомогания, которое может сопровождаться проявлениями вегето-сосудистой дистонии, функциональными нарушениями со стороны отдельных соматических систем
- дыхания, пищеварения, кровообращения и пр.

Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Принадлежность к группе играет существенную роль в самоопределении подростка и в определении его статуса в глазах ровесников. Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто

принимающее форму группового давления. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может стать той минимальной жертвой, которую готов принести подросток, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте - важнейшая проблема для профилактики употребления ПАВ, а информирование о их вредных последствиях имеет только вспомогательное значение.

Следует также иметь в виду повышенную потребность подростков в эмоциональном насыщении, "жажду ощущений", причем новых и сильных, с чем бывают связаны весьма рискованные формы поведения: курение, первое знакомство с другими психоактивными веществами.

Негативную роль в приобщении подростков к ПАВ могут сыграть и некоторые характерологические особенности подростков, такие как акцентуация характера. Подростковый возраст - критический период проявления различных акцентуаций. В этом возрасте особенно резко проявляется характер, некоторые из его свойств, не будучи сами по себе патологическими, тем не менее, повышают вероятность психической травмы или отклоняющегося поведения. Психологи определяют акцентуацию, как чрезмерное заострение некоторых личностных черт. Подростки с акцентуациями характера составляют группу "повышенного риска", так как они податливы к определенным пагубным влияниям среды. Акцентуация требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, поскольку в подростковом возрасте акцентуированные черты могут провоцировать приобщение к курению, алкоголю и даже наркотикам.

По статистике именно у учащихся 7-8 классов происходит первое серьезное приобщение к табакокурению.

Именно в этих классах в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого "пика" интереса к курению, необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов, медицинских работников и родителей.

Таким образом, предупреждение табакокурения у подростков необходимо проводить с учетом их возрастнo-психологических особенностей. Одна из самых эффективных форм такой работы - проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением. На дискуссиях подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате этого происходит формирование группового мнения, направленного против табакокурения и других вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ.

Другая форма предупреждения табакокурения в подростковом возрасте - проведение ролевых игр, во время которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников. Подростки знают, что труднее всего бывает отказать не только группе, но и ближайшему другу, который настойчиво предлагает курить. Проведение такого рода тренингов показало, что основная ошибка подростков - хаотическая и разноплановая аргументация своего отказа закурить, недостаточное уважение к своему мнению, нечеткость собственной позиции.