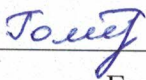
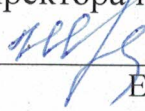



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Комитет по социальной политике и культуре Слюдянского
муниципального района
МБОУ "СОШ №7"

<p>РАССМОТРЕНО</p> <p>руководитель МО естественно- математического цикла</p> <p></p> <p>Голикова И.В.. Протокол №1 от «30» августа 2023 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>зам. директора по ВР</p> <p></p> <p>Емельянцева И.Б.</p> <p>приказ №164-01-од от «31» август 2023 г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО</p> <p>Директор МБОУ "СОШ №7"</p> <p></p> <p>Оолакова И.А.</p> <p>приказ №164-01-од от «31» август 2023 г.</p>
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционно-развивающих занятий
«Профилактика потребления ПАВ в основной школе»

Автор: педагоги-психологи
Макарова Елена Викторовна
Новицкая Алина Ренатовна

р.п. Култук 2023

Пояснительная записка

Курение, алкоголизм и наркомания в слишком помолодели в последние годы. При этом подростки составляют 20% от общего числа наркоманов в России, что является внушительной цифрой в масштабах страны. Средний возраст приобщения к курению, алкоголю и наркотикам в России составляет по статистике 15-17 лет, но в последнее время резко увеличился процент употребления ПАВ детьми 9-13 лет.

Курение, алкоголизм и наркомания – три грани одной беды. Курящий подросток не достаточно мотивированный на здоровый образ жизни, порой переходит ту невидимую черту, которая ведёт к алкоголизации или наркотизации. Поэтому профилактику ПАВ с подростками необходимо проводить в трёх направлениях: профилактика табакокурения, профилактика употребления алкоголя и наркотиков, формирование ЗОЖ.

Вид программы: профилактическая.

Участники программы: обучающиеся 5-11-х классов.

Цель программы: профилактика употребления ПАВ и формирование здорового образа жизни.

Задачи:

- формировать позитивное отношение подростков к себе;
- формировать навыки эффективного общения;
- предоставить подросткам объективную информацию о негативных последствиях употребления ПАВ;
- формировать навыки сопротивления социальному давлению.

Научные, методологические, методические основания программы. Авторская разработка на основе концепции психологической службы образования.

Обоснование реализации программы. В последние десятилетия курение, употребление алкоголя, наркотиков и других ПАВ подростками превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу здоровью, экономике, социальной сфере и правопорядку. По статистическим данным МВД большинство несовершеннолетних, совершивших серьезные правонарушения, находились в состоянии употребления ПАВ (алкогольном, токсическом либо наркотическом опьянении).

Правонарушения – не единственная проблема подростков, употребляющих ПАВ: происходит социальная дезориентация подростка, теряется здоровье – как физическое, так и психическое. Как правило, первые пробы курения, употребления алкоголя или наркотиков начинаются в подростковом возрасте, который является одним из сложнейших в формировании нравственно-ценностных ориентаций ребёнка. Поэтому возникает необходимость своевременного предупреждения употребления ПАВ и проведение профилактической работы именно в подростковой среде.

Проблемы с употреблением ПАВ имеют также подростки с низкой самооценкой, высокой тревожностью, с проблемами в семье. Поэтому проводить профилактическую работу по употреблению ПАВ необходимо

комплексно – с привлечением родителей, социального педагога и классного руководителя.

Структура и содержание программы.

Данная программа имеет следующую структуру:

1. Пояснительная записка.
2. Диагностика.
3. Конспекты профилактических занятий для обучающихся.
4. Конспекты родительских собраний.
5. Конспекты классных часов.
6. Конспекты правовых бесед для социального педагога.
7. Рекомендации родителям.
8. Литература.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН «Профилактика ПАВ в основной школе»

Месяц	Класс	Мероприятие	Ответственный
I. Работа с обучающимися			
Октябрь	5-11 кл	Психолого-педагогическая диагностика, анкетирование. Выявление группы риска.	Педагог-психолог
Ноябрь	5-8 кл	Классный час «Я выбираю здоровый образ жизни»	Классный руководитель
Ноябрь	8-11 кл	Профилактическое занятие «Курение: миф и реальность»	Педагог-психолог
Декабрь	5-9 кл	Классный час «В здоровом теле – здоровый дух».	Классный руководитель
Декабрь	8-11 кл	Профилактическое занятие «Алкоголь: миф и реальность»	Педагог-психолог
Февраль	7 кл	Классный час «Я выбираю жизнь!»	Классный руководитель
Февраль	8-11 кл	Профилактическое занятие «Наркотики: миф и реальность»	Педагог-психолог
В течение года	5-11 кл	Профилактические беседы	Педагог-психолог Социальный педагог
В течение года	5-11 кл	Индивидуальные и групповые консультации по профилактике ПАВ	Педагог-психолог
II. Работа с родителями			
Октябрь	6-8 кл	Тест Т.Шрайбера «Родители и дети».	Педагог-психолог

Ноябрь	6 кл	Родительское собрание: «Как сохранить доверие ребёнка. Секреты умного общения»	Педагог-психолог
Декабрь	6 кл	Правовой час: «Что делать, если ваш ребёнок в тяжёлой жизненной ситуации?»	Социальный педагог
Февраль	7 кл	Родительское собрание: «Основные характеристики подросткового возраста. Как понять подростка и помочь ему?»	Педагог-психолог
Март	8 кл	Родительское собрание: «Подросток: как стать к нему ближе?»	Педагог-психолог
Апрель	7-8 кл	Правовой час: «Правила взаимодействия родителей с «трудным» ребёнком».	Социальный педагог
В течение года	6-8 кл	Оформление информационного стенда по темам: - «Как построить свое общение с тревожным ребенком?» - «Причины появления агрессии у подростка» - «Я - высказывание» как средство для профилактики конфликта с подростком»	Педагог-психолог
В течение года	6-8 кл	Оформление информационного стенда по темам: - «Признаки употребления ПАВ» - «Правовая информация: административная и уголовная ответственность за употребление ПАВ».	Социальный педагог
В течение года	6-8 кл	Индивидуальные и групповые консультации по профилактике ПАВ	Педагог-психолог

Используемые методики, технологии, инструментарий. В программе использованы следующие диагностические методики:

- «Тест школьной тревожности» Филлипса;
- «Тест коммуникативных умений» Р.В.Овчаровой;
- «Тест самооценки» Дембо-Рубинштейна;
- Тест Т.Шрайбера «Родители и дети».
- Анкета для подростков на употребление ПАВ.

Данная программа реализуется с помощью нескольких педагогических технологий: проблемное обучение – организация активной самостоятельной деятельности учащихся по разрешению проблемы, в результате чего происходит творческое овладение знаниями, умениями и навыками; лекционно-семинарская система в работе с педагогами и родителями при предоставлении им информации по существующей проблеме; игровой метод используется для формирования определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности; здоровьесберегающие технологии – чередование мыслительной деятельности с методами активного социально-психологического развития.

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы. Данная программа рассчитана на профилактику употребления ПАВ обучающимися 6-х – 8-х классов, т.е. подростками 11-14 лет. Она не предназначена для обучающихся начальной школы в связи с возрастной неготовностью к усвоению программы. Пятиклассники также не являются участниками программы, так как основным направлением работы в пятом классе является сопровождение процесса адаптации к новым условиям обучения. Не являются участниками программы обучающиеся 9-х и 11-х классов, поскольку приоритетным направлением здесь является обеспечение психологической готовности обучающихся к выпускным экзаменам. Приоритетным направлением работы в 10-х классах является профориентация, так как следующий класс будет выпускным и обучающиеся должны определиться с выбором будущей профессии.

Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы:

1. Требования к специалистам, реализующим программу.

Специалист, реализующий программу, должен иметь высшее психолого-педагогическое образование или иное педагогическое образование (социальный педагог, классный руководитель), опыт работы с детьми в школе, владеть методами активного социально-психологического развития.

2. Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы. Диагностические методики: «Тест школьной тревожности» Филлипса, «Тест коммуникативных умений» Р.В.Овчаровой, «Тест самооценки» Дембо-Рубинштейна, Тест Т.Шрайбера «Родители и дети». Анкета для подростков на употребление ПАВ.

3. Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы. Для проведения занятий с обучающимися требуется класс, в котором будут находиться две зоны – рабочая (с партами) и «игровая», а также компьютер, проектор, экран, школьная доска, мел, листы бумаги А4 и шариковые ручки. Для проведения родительских собраний, правовых часов и классных часов требуется: компьютер, проектор, экран.

4. Требования к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы. Для реализации данной программы интернет и другие подобные ресурсы не требуются.

Сроки и этапы реализации программы. Программа реализуется с октября месяца по апрель и включает несколько этапов:

1. Диагностический – февраль.
2. Основной (тренинги, работа с родителями и педагогами).
3. Заключительный (итоговая диагностика при необходимости, рекомендации обучающимся, педагогам, родителям).

Ожидаемые результаты реализации программы.

1. Формирование негативного отношения к ПАВ.
2. Осведомленность о негативных последствиях употребления ПАВ.
3. Повышение уровня позитивного поведения и конструктивного общения.
4. Формирование осознанного и уверенного поведения в ситуации группового давления.
5. Развитие позитивных детско-родительских отношений.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

1. **Качественные.** Повышение интереса к здоровому образу жизни.
2. **Количественные.** Увеличение количества обучающихся с негативным отношением к ПАВ.

Литература:

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2005.
2. Грекова А.В. Организация профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. Методические рекомендации. – Смоленск, 2005.
3. Оклендер В. Окна в мир ребенка. М.: Независимая фирма «Класс», 1997.
Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. М.: Издательство «Генезис», 2000.
4. Хорсанд Д.В. 20 самых глупых ошибок, которые совершают родители. М.: АСТ; СПб.: Сова, 2008.

**Конспект профилактического занятия
для обучающихся 6-х классов
«Курение: миф и реальность»**

Цель: формировать интерес к здоровому образу жизни.

Задачи:

- информировать подростков о вреде курения;
- обсудить причины употребления табака;
- обсудить мифы и реальность воздействия курения на организм;
- формирование уверенного поведения в ситуации группового давления.

Оборудование: листы бумаги А4 по количеству участников, шариковые ручки, компьютер, проектор, экран, школьная доска, мел.

Ход занятия

I. Исследование проблемы

- Ребята, какие вредные привычки вы знаете? (Ответы: грызть ногти, плевать и т.д.)

- Вы правы, что все эти привычки неприятны для людей и вредны для того, кто имеет такую привычку. Сегодня мы поговорим об одной вредной привычке: курении. Как вы думаете какой процент людей, населяющих нашу планету курит? (Ответы).

- Сигареты курят около 30% населения планеты. Причем, даже одна выкуренная сигарета в неделю уже приводит к табачной зависимости. Злостные курильщики выкуривают более 20 сигарет в день.

II. Мозговой штурм

Обсуждение причин курения и некурения подростков. Разделить лист бумаги на две части. Озаглавить одну половину «Причины курить», а другую «Причины не курить». Попросить детей перечислить причины того и другого (5-10 минут). После этого каждый зачитывает своё мнение, а ведущий записывает на доске. Обсуждение причин.

Причины не курить: мне не нравится курить; курение вредно для здоровья; я не хочу иметь вредные привычки; это слишком дорого; это вызов другим – показать, что я не курю; никто из моих друзей не курит; это повредит моим спортивным достижениям; мои родители негативно относятся к курению, не модно.

Причины курить: (зачитываем на доске и обсуждаем каждую причину) стресс и проблемы (объяснить учащимся, что проблема не решается с помощью сигареты); курение снимает раздражение (объяснить, что эффект краткосрочный и только приводит к ещё большей зависимости); все друзья курят (объяснить, что не всегда друзья делают правильные вещи); я выгляжу старше; курение помогает похудеть; курение отвлекает от скуки; чувство независимости.

III. Беседа о последствиях курения

- Ребята, как вы считаете, из 100% больных раком лёгким какой процент составляют курильщики? (Ответы).

- 90% больных раком – курили.

- А сколько минут уносит одна сигарета? (Ответы).

- Выкуренная сигарета уносит 6 минут жизни. Кроме того, наркологи считают, что курение – это ступенька к употреблению наркотиков.

Может ли курильщик навредить людям, которые находятся в непосредственной близости с ним, не курят, но невольно вдыхают дым? (Ответы).

- На самом деле может, поскольку курение бывает как активным, так и пассивным. **Активное курение** – вредная привычка по вдыханию дыма горящих сигарет, сигар или папирос. **Пассивное курение** – вдыхание некурящими людьми табачного дыма, содержащегося в воздухе.

При курении образуются два потока дыма:

- **основной** – дым попадает в лёгкие того, кто курит;
- **побочный** – дым попадает в окружающий воздух.

Пассивное курение также вредно для здоровья, как и активное – разница только в интенсивности воздействия.

Кроме того табачный дым состоит из многих вредных компонентов. Сейчас мы с вами посмотрим, из чего состоит сигарета (раздаём наглядный материал и обсуждаем состав).

Дополнительная информация о составе сигареты (зачитываем учащимся):

Бутан: в больших концентрациях ядовит, вдыхание бутана вызывает дисфункцию лёгочно-дыхательного аппарата. Содержится в природном газе, обладает наркотическими свойствами, вредно воздействует на нервную систему.

Кадмий: Кадмий, его соли и кислоты широко применяются при изготовлении красок, а также в ядерных энергетических установках как поглотитель нейтронов. 50 - 60 мг кадмия при приеме внутрь вызывают смертельное отравление. Поступая в организм в виде паров, дыма или пыли, он поражает органы дыхания, желудочно-кишечный тракт, печень и почки.

Угарный газ: Отравление угарным газом может привести к летальному исходу. Угарный газ активно связывается с гемоглобином и блокирует передачу кислорода тканевым клеткам, что приводит к кислородному голоданию.

Никотин: Никотин является ядовитым веществом. Он поражает центральную нервную систему. После поступления в организм больших доз никотина происходит угнетение и паралич нервной системы, остановка дыхания с последующим прекращением сердечной деятельности. Никотин широко применяется в сельском хозяйстве для борьбы с вредителями растений.

- Как вы видите, ребята, сигарета – это очень опасный враг нашего здоровья. А как вы думаете, какой орган у курильщика более всего

подвергается опасности? (Ответы). Правильно, лёгкие. Посмотрите на слайд. На нём фотография лёгкого некурящего человека и лёгкого курящего человека. Что вы заметили? Какие отличия? (Ответы).

А сейчас я расскажу вам историю одного человека. (Слайд с фотографией Эрика Лоусона). Жил когда-то в Америке популярный актёр Эрик Лоусон. Он был красивый, сильный, спортивный мужчина. У него была привлекательная внешность, которую в своей рекламе решили использовать производители сигарет «Мальборо». Несколько лет актёр изображал ковбоя, который красиво выкуривает сигарету в рекламном ролике. И никогда не мог подумать Лоусон, к чему приведут съёмки в этой рекламе. (Показываем слайд с больным Лоусоном). Страшная и мучительная смерть от рака ждала актёра впереди. И виной этому были сигареты, которые он рекламировал. Последними словами Лоусона были: «Если бы я знал, я никогда не стал бы курить...».

IV. Упражнение «Учусь отказу»

- Ребята, как вы думаете, что нужно сделать для того, чтобы никогда не начать курить? (Ответы). Вы все правильно сказали. Но самое главное – уметь отказаться от первой сигареты, а ведь это, порой, трудно сделать. Сейчас мы потренируемся умению отказываться.

- Я попрошу выйти ко мне двух человек. Один выступает в роли предлагающего сигарету, второй – учится ему отказываться. Обращаю ваше внимание, что отказываться нужно спокойно, но твёрдо. В отказе можно использовать «Причины не курить», которые мы записывали на доске в начале нашего занятия. (Остальные ребята внимательно следят за диалогом, а по окончании обсуждают – удалось ли отказать, где были допущены ошибки и т.д. Можно провести 2-3 тренирующих диалога с разными ребятами).

V. Рефлексия

- Итак, ребята, какие выводы мы можем сделать после полученной вами сегодня информации:

1. На самом деле курение сейчас не в моде, все больше людей бросают курить. Сегодня в моде спорт и здоровый образ жизни.

Памятки и рекомендации для родителей

Как предотвратить подростковое преступление?

По мнению специалистов, 80 % всех преступлений совершается несовершеннолетними в результате бесконтрольности, излишней свободы, которая оборачивается бездельем, ощущением вседозволенности. Родители при этом имеют обыкновение сваливать вину на школу или «улицу», забывая, что главную ответственность за своих детей несут именно они. От нас с вами зависит, какими будут наши дети!

✓ Обратите внимание на свободное время своего ребенка. Вы обязательно должны знать, как и с кем он его проводит.

✓ Если вы заметили, что во внешнем виде вашей дочери или сына, их манерах и речах появились изменения, значит, на ребенка оказывается постороннее влияние. Постарайтесь выяснить, с кем он подружился и чем занимаются его новые друзья.

✓ Следите за тем, чтобы в доме не появлялись чужие вещи и деньги, происхождение которых вам неизвестно.

✓ В случае, когда ваш сын или дочь попали в дурную компанию, лучший способ изменить ситуацию – переключить их на какое-нибудь занятие, которое им будет по душе, например, спорт.

Вы находитесь в состоянии войны с собственным ребенком? Вам следует всерьез задуматься о своем поведении. Сами не замечая того, вы можете больно ранить и отталкивать его своим непониманием. Психология подростка значительно отличается от психологии взрослого человека. Если вы сами не в состоянии разобраться в причинах конфликта, проконсультируйтесь у психолога или почитайте соответствующую литературу.

Известно, что перевоспитывать девочек труднее, чем мальчиков. Старайтесь с самого начала не допускать ошибок:

✓ Не скрывайте от детей свои материальные затруднения и приучайте их к тому, что в доме у них есть не только права, но и обязанности.

✓ Ощущение собственной полезности формирует у детей самоуважение и препятствует встать на скользкий путь.

✓ Избегайте одевать девочек «под взрослых». По наблюдениям психологов, это способствует ускоренному развитию сексуальности и нарушает гармоничное развитие личности.

Ошибки семейного воспитания

Все родители воспитывают своих детей в меру своего умения и понимания жизни. В каждой семье бывают моменты, когда поведение любимого ребенка ставит в тупик. И родители время от времени совершают ошибки.

Ошибка первая. Обещание больше не любить.

«Если ты не будешь таким, как я хочу, я больше не буду тебя любить». Однако эта угроза быстро забывается. Дети прекрасно чувствуют фальшь. Единожды обманув, родители могут надолго потерять доверие ребенка. Лучше сказать так: «Я буду тебя все равно любить, но твое поведение не одобряю».

Ошибка вторая. Безразличие.

«Делай что хочешь, мне все равно», - часто говорят родители устав от капризов ребенка. Но родители не должны показывать того, что им все равно, лучше постараться наладить с ним отношения. Можно сказать, например: «знаешь, в этом вопросе я с тобой совершенно не согласен. Но хочу помочь, потому что люблю тебя. В тот момент, когда тебе понадобится моя помощь, можешь спросить у меня совета».

Ошибка третья. Слишком много строгости.

«Ты должен делать то, что я тебе сказала, потому, что я в доме главная», - нередко утверждают мамы в разговоре с ребенком. В таких случаях ребенок будет беспрекословно выполнять все в присутствии родителей и сознательно забывать обо всех запретах, когда и рядом нет. При необходимости можно сказать ребенку: «Ты сейчас сделаешь так, как я говорю, в вечером мы все спокойно обсудим».

Ошибка четвертая. Детей не надо баловать.

Избалованным детям очень тяжело приходится в жизни, они очищают свою беспомощность и одиночество в будущем. «Попробуй сделать это сам, а если не получится, я тебе с удовольствием помогу».

Ошибка пятая. Навязчивая роль.

«Мой ребенок – мой лучший друг», - заявляют иногда родители. Для них ребенок самое главное в жизни, с ним можно поговорит по душам. Дети делают все, чтоб понравиться, но, к сожалению, их собственные проблемы остаются не решенными.

Ошибка шестая. Денежная.

«Больше денег – лучше воспитание», - убеждены некоторые родители. Но любовь не купить за деньги родители не должны чувствовать угрызение совести, если что то не могут купить ребенку.

Ошибка седьмая. Наполеоновские планы.

«Мой ребенок будет заниматься музыкой (теннисом, живописью), я не позволяю ему упустить шанс». Цель – образование любой ценой, даже если он этого не хочет.

Как построить доверительные отношения с детьми?

1. Важно знать особенности подросткового возраста и научиться, безусловно, принимать его, что, значит, любит его не за то, что он красивый, умный, способный, а просто за то, что он есть.

Соблюдать определенные правила:

- выражать недовольство отдельным действиям ребенка, а не ребенком в целом;
- осуждать действия ребенка, но не его чувства.

2. Психологическая поддержка родителей должна основываться на позитивном отношении к ребенку, которое подразумевает принятие, внимание, признание (уважение), одобрение, теплые чувства.

3. Способы поддержки со стороны родителей могут состоять:

А). В повышении индивидуального уровня «Я могу» подростка:

- рассказ родителей об ошибках, которые они совершили сами (нет людей, которые бы не совершал ошибки);
- говорить о том, что отрицательный результат, тоже результат.

Б). В формировании у подростка веры в успех: он должен верить, что успех возможен. Выработать успех помогут приемы:

- поощрять любые улучшения;
- уметь раскрывать перед ребенком его сильные стороны;
- демонстрировать веру в него.

В). В подчеркивании того, что он сделал правильно и хорошо, а не то, что плохо и неправильно.

4. Необходимо умение выражать поддержку через содействие и прикосновение (потрепать по плечу, дотронуться до руки, обнять его и д.р.).

5. Надо быть готовым оказать эмоциональную поддержку, которая проявляется в сочувствии, откровенном разговоре.

Признаки употребления ребенком наркотиков

I. Ваш ребенок неожиданно стал слишком активным или чересчур пассивным – гораздо дольше спит, чем обычно, с трудом просыпается и т.д. такая заторможенность иногда внезапно сменяется постоянным смехом без причины. У подростка либо проснулся «волчий аппетит», либо совсем исчезло желание есть. Иногда днем спит, а ночью ест. Его часто тошнит, «водит по квартире», он не может долго стоять, старается везде присесть на стул.

II. Ребенок внезапно потерял интерес к тому, чем раньше увлекался, он чем-то все время занят, но результатов его труда не видно. Стал отказываться от выполнения ваших просьб и поручений.

III. На вопросы типа «Что с тобой происходит?» - реагирует враждебно, агрессивно, запираясь на целый день в своей комнате. Из квартиры пропадают вещи и деньги. Перестал обращать внимание на свой внешний вид, проявляет неряшливость и безразличие к порядку.

IV. Ребенок как-то сразу забросил всех своих старых друзей и обзавелся новыми, с которыми вас не знакомит. Подолгу говорит с ними по телефону, понижая голос.

V. Если вы почувствуете запах химических препаратов от одежды подростка, обнаружите следы раздражения возле носа и рта или следы уколов на руках, немедленно проконсультируйтесь с врачом-наркологом.