

Принято Педагогическим советом  
Протокол № 23 от 21.08.2023

Рассмотрено на заседании  
Совета школьников  
Протокол № 7 от 25.05.2023г.

**Профилактическая программа «Выбираю жизнь!»**  
по формированию антинаркотической культуры  
(для обучающихся 5-11 классов)  
*Введено приказом директора от 21.08.2023 № 01-35-324*

## Пояснительная записка.

Подростковый период психологи называют самым трудным периодом жизни человека. Еще не взрослый, но уже и не ребенок пытается реализовать себя, определить свои интересы, укрепить свои позиции в отношениях с окружающими. Подросток ищет выход из ситуаций, опираясь в основном на свои эмоции и чувства. Он отчаянно отстаивает свою точку зрения, зачастую не соглашаясь с очевидным...

Такое поведение весьма выгодно для распространителей наркотиков, который предлагается подростку как вариант решения всех проблем. Кто-то откажется, а кто-то согласится, пополнив армию наркоманов. Что делать, чтобы подростки не соглашались принимать наркотики, считали все без исключения дурманящие средства ядом, постепенно отравляющим и лишаящим жизни? Что делать, чтобы они не верили байкам, что «легкие» наркотики абсолютно безвредны и не вызывают привыкания, что от наркотиков умирают те, кто вовремя не остановился, но я не такой, и со мной этого не случится?...

В настоящее время наблюдается стремительный рост числа потребителей психоактивных веществ. Чаще всего в экспериментирование с наркотиками вовлекаются дети, попавшие в трудную жизненную ситуацию.

Стало очевидной и социально-значимой необходимостью реализации программ по борьбе с наркоманией и по профилактике употребления наркотиков подростками. Разработанная мною программа «Я выбираю жизнь» нацелена, в первую очередь, на формирование у детей знаний, навыков и отношений, необходимых для принятия информированных решений для отказа от употребления наркотиков, алкоголя и табакокурения.

Эта программа является практическим инструментом формирования социально-психологической компетентности. Подросткам предоставляется возможность попытаться преодолеть актуальные для них жизненные проблемы, а также освоить эффективные способы их разрешения в будущем.

### **Цель программы:**

Создать условия для получения информации об отрицательном действии и негативных последствиях злоупотребления наркотическими и психотропными веществами на организм человека, о причинах заболевания и путях возможного выздоровления, формирования позитивного общения с окружающими людьми и умения управлять своими переживаниями и разрешать возникающие конфликты без ущерба для себя и окружающих, не прибегать при разрешении конфликтов к алкоголю и наркотикам, формирования навыков, позволяющих обучающимся отказаться от употребления наркотиков и сопротивляться негативным явлениям, соблюдать законы и жить без насилия.

### **Задачи программы:**

- активизация разъяснительной работы;
- повышение уровня профилактической работы с подростками;
- предотвращение злоупотребления наркотиков и других ПАВ;
- повышение самосознания детей через разнообразные формы работы;
- формирование и развитие общечеловеческих, жизнеутверждающих ценностей;
- формирование самостоятельной личности подростка, способной критически мыслить и публично представлять свои идеи;
- пропаганда здорового образа жизни.

### **Обучающиеся должны знать:**

- факты, понятия, последствия употребления ПАВ.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- правильно делать выбор из предлагаемых альтернатив и понимать, что такое «цена выбора».

**Ожидаемые результаты:**

Улучшение осведомления детей об опасности использования наркотических веществ.

Повышение общей культуры поведения детей.

Формирование позитивных установок и ценностей здорового образа жизни.

Отсутствие случаев употребления и злоупотребления наркотиков и других психоактивных веществ.

**Программа построена в соответствии с принципами:**

Принцип последовательности и системности;

Принцип деятельного подхода;

Принцип индивидуализации (лично-ориентированного подхода);

Принцип постоянного совершенствования и корректировки программы;

**Специфический принцип:** принцип тематического подхода в организации игровой деятельности.

**Срок реализации:**

3 месяца. 1 занятие в неделю (40 – 45 минут)

Всего: 12 занятий

**Этапы работы по программе:**

I этап: первичная диагностика (анкетирование).

II этап: Обсуждение проблемы употребления ПАВ  
(6 занятий)

III этап: Формирование нравственных жизненных ориентиров  
(6 занятий)

IV этап: итоговая диагностика (анкетирование).

**Условия реализации программы:**

Реализация программы возможна при наличии единообразного подхода к проблеме наркомании среди несовершеннолетних. Залогом успешного развития детей является создание условий, а именно:

- материально-техническое оснащение;
- создание методической «копилки»;
- участие в различных тематических мероприятиях, конкурсах, играх;
- повышение образовательного уровня педагога (самообразование, обмен опытом работы, консультации специалистов и т.д.)

**Методическое обеспечение деятельности:**

- подбор наглядно – иллюстративного материала;
- подбор авторских статей, стихов, исповедей наркозависимых людей;
- подбор книг, журналов в библиотеку;
- создание мультимедийных презентаций.

**Формы работы:**

Анкетирование

Игры и упражнения

Дискуссии

Тренинги

Беседы

Эксперимент

Ток - шоу

Просмотр видео

Дни здоровья

Презентации

Конкурс плакатов

Выставка рисунков

## Содержание программы:

№	Тема:	Цель:
1.	Занятие: «Жизнь по собственному выбору»	Познакомить детей с понятиями «цель», «выбор», «право», «обязанность», развивать и анализировать свои личные качества.
2.	Занятие: «Имею право знать»	Дать воспитанникам представление о наркомании, как о факторе, разрушающем здоровье. Формировать у детей стойкое неприятие к наркотикам.
3.	Беседа: «Профилактика токсикомании и наркомании»	Выработать у подростков негативное отношение к употреблению ПАВ на основе знаний различных аспектов наркомании.
4.	Занятие: «Ты и алкоголь»	Формирование у детей стремления к здоровому образу жизни, всестороннее рассмотрение проблемы алкоголизма.
5.	Занятие: «Курение – опасное увлечение»	Актуализация знаний о полезных и вредных привычках человека.
6.	Занятие: «Хозяин судьбы»	Расширить представления подростков о путях выхода из проблемных ситуаций, способствовать развитию навыков уверенного отказа.
7.	Ток-шоу «В поисках истины»	Формирование самостоятельной личности подростка, способной критически мыслить и публично представлять свои идеи.
8.	Занятие: «Спротивление массовой рекламе ПАВ»	Дать подросткам опыт сопротивления навязываемым ложным убеждениям, разъяснить приёмы недобросовестной рекламы.
9.	Мероприятие: «Я выбираю жизнь»	Способствовать формированию нравственных жизненных ориентиров, воспитывать чувство прекрасного.
10.	Занятие: «Здоровье как ценность»	Актуализация ценности здоровья, как необходимого условия активной и интересной жизни человека.
11.	Занятие: «Могущество»	Помочь детям в раскрытии своих сильных сторон, актуализации их личностных ресурсов.
12.	Занятие: «Дом моей души»	Формирование способности понимать невербальное поведение, повышение уверенности в себе.

### **Список используемой литературы:**

1. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 5-7 классы.-М.: ВАКО, 2008.
2. Мой выбор. Учебно-методическое пособие для учителей средней школы. М.: 2009
3. Яковлева Н.Ф. Разработка индивидуально-ориентированных воспитательных и коррекционно-развивающих программ для социально дезадаптированных детей и подростков: учебно-методическое пособие / Н. Ф. Яковлева; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева. – Красноярск, 2009. – 144с.
4. Башкатов И. П. Психология неформальных подростково-молодежных групп. – М.: изд-во «Информпечать», 2006. – 336 с.
5. Гущина Т. Н. Я и мои ценности...: Тренинговые занятия для развития социальных навыков.
6. Комплексная программа первичной профилактики девиантного поведения подростков и молодежи «Здоровое поколение нового века» Автор Овсиенко О. В., Мокроусова О. Ю. Красноярск 2009.
7. Шапиро Б. М., Башмакова Л. Н., Курманова Г. У. Здоровый образ жизни. Пособие для учителей. – Алма-Аты: изд-во «Веста», 2003. – 272 с.