

ПРОГРАММА  
по профилактике наркомании и пропаганде здорового образа жизни  
на 2023-2024 учебный год

Паспорт программы

Наименование программы	Программа по профилактике наркомании и пропаганде здорового образа жизни.
Разработчики программы	Рабочая группа педагогов МАОУ Гимназия №13 «Академ», заместитель директора по ВР.
Исполнители программы	Администрация, педагогический коллектив гимназии, ученический коллектив, медицинский работник, родительская общественность, социальные партнёры гимназии.
Цель программы	Создание условий (организационных, информационных, правовых, педагогических, психологических) для эффективного противодействия потреблению ПАВ обучающимися гимназии, формирование у них потребности в здоровом образе жизни.
Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none"><li>-совершенствование системы первичной профилактики употребления ПАВ;</li><li>-организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики употребления ПАВ;</li><li>-усиление пропаганды здорового образа жизни;</li><li>-снижение интереса к ПАВ путём вовлечения обучающихся во внеурочную деятельность по интересам;</li><li>-формирование у родителей обучающихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков.</li></ul>
Сроки реализации программы	2023-2024 учебный год

<p>Ожидаемые конечные результаты программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствование системы профилактической работы в гимназии.</li> <li>• Разработка эффективных механизмов совместной деятельности участников воспитательной системы школы: педагогического коллектива, родительской общественности, ученического самоуправления.</li> <li>• Повышение психолого-педагогической грамотности родителей.</li> <li>• Повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива гимназии. Формирование здорового жизненного стиля и эффективных линий поведения у детей и подростков.</li> <li>• Снижение факторов риска потребления ПАВ в детско-подростковой среде.</li> <li>• Создание здоровой и безопасной среды в гимназии.</li> <li>• Уменьшение числа подростков, стоящих на всех видах учёта.</li> <li>• Активное и результативное участие учащихся школы в различных конкурсах, соревнованиях, акциях, детских объединениях.</li> </ul>
<p>Научно-Методические основы и нормативно-правовая база программы</p>	<p>При подготовке программы учитывались цели, концептуальные положения и идеи, имеющиеся в Программе развития гимназии. Программа разработана в соответствии с основными положениями Конституции РФ, Конвенции о правах ребёнка, Семейного кодекса РФ, Законом «Об образовании в РФ».</p>
<p>Контроль за реализацией программы</p>	<p>Программа реализуется путём проведения мероприятий. Внутренний мониторинг проводит администрация гимназии. Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.</p>

## Основные понятия и термины

В Программе применяются следующие основные понятия:

Психически активные вещества (ПАВ) - химические и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие; к ним относятся наркотики, транквилизаторы, алкоголь, никотин, токсические и другие средства.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - образ жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья данной социальной общности. ЗОЖ рассматривается не только как медицинская, но и как социально-экономическая категория, зависящая от развития производительных сил и производственных отношений, т.е. от образа жизни.

Профилактика потребления ПАВ - совокупность мер, направленных на предупреждение возникновения негативных форм поведения людей, а также изменение имеющихся негативных форм поведения, приводящих к зависимостям от ПАВ.

Наркомания - хроническая болезнь, которая возникает в результате злоупотребления наркотиками и характеризуется наличием у больного психической и физической зависимости от ПАВ, морально-этической деградацией, асоциальным поведением и рядом других патологических проявлений.

Токсикомания - хроническая болезнь, которая возникает в результате злоупотребления психоактивными веществами, не включёнными в официальный список наркотических средств.

Алкоголизм - заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся влечением к ним, приводящее к психическим и физическим расстройствам и нарушающее социальные отношения лица, страдающего этим заболеванием.

Первичная профилактика - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих приобщение к употреблению ПАВ;

Вторичная профилактика - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнений, связанных с употреблением ПАВ у «эпизодических» потребителей, не обнаруживших признаков болезни.

Резкие изменения социально-политической и экономической ситуации, происшедшие в стране с прошлого столетия, привели к разнообразным нарушениям социальной адаптации у населения, которые отозвались ростом потребления психоактивных веществ (ПАВ) в молодёжной среде.

На первый план выявили злоупотребление токсическими веществами, пивом и слабоалкогольными коктейлями, отмечается факт снижения возрастной границы употребления ПАВ в школьной среде. Сегодня употребление ПАВ среди подростков стало социально приемлемой формой поведения.

Употребление психически активных веществ превратилось в проблему, представляющую серьёзную угрозу здоровью населения, экономике страны,

социальной сфере и правопорядку.

Лучшая методика борьбы с употреблением ПАВ - профилактика. Ведь как показывает мировая практика, излечить от наркомании удаётся не более 2-3 процентов заболевших. Очевидно, что добиться сколько-нибудь заметных результатов в решении проблемы наркомании невозможно без организации адекватной профилактической работы. Это осознаётся сегодня подавляющим большинством населения от государственных чиновников всех уровней до обычных рядовых граждан.

Организация занятости подростков во внеурочное время является одним из основных способов профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения и противоправных действий. Можно преподнести множество сведений о том, как следует относиться к своему здоровью, но лишь активная личностная позиция самого человека сделает его таковым. Поэтому профилактическая работа предполагает, в первую очередь, воспитание и обучение, основанное на полноценном развитии ребёнка как личности, как субъекта деятельности и как индивидуальности.

Обучение педагогов основам профилактической работы, предоставление им адекватной информации о наркологических заболеваниях, вооружение их конкретными психотерапевтическими приёмами (ролевые игры, тренинги, дискуссионная работа), способами формирования системы альтернативных наркотикам увлечений, позволит оградить подрастающие поколения страны от наркотической эпидемии.

Для того чтобы работа по сохранению и укреплению состояния здоровья учащихся дала положительные результаты, необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов, родителей и учеников. Актуальной для коллектива стала систематизация деятельности по осуществлению профилактики злоупотребления психоактивными веществами.

## Цели и задачи программы

Цель Программы состоит в создании условий (организационных, информационных, правовых, педагогических, психологических) для эффективного противодействия потреблению психически активных веществ обучающимися гимназии, а также формирование у них потребности в здоровом образе жизни.

Способствовать достижению данной цели будет решение следующих задач:

- совершенствование системы первичной профилактики употребления ПАВ;
- организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактике употребления ПАВ;
- усиление пропаганды здорового образа жизни;
- снижение интереса к ПАВ путём вовлечения обучающихся во внеурочную деятельность по интересам;
- формирование у родителей обучающихся, установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков.

## Принципы программы

- комплексность или согласованное взаимодействие различных служб;
- 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:
  - 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 представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ, алкоголя, табака).
- систематичность - работа по профилактике должна вестись систематически, а для этого все принимаемые меры должны быть сведены в систему, где каждая отдельная мера согласуется с другой, не противоречит ей.

## Основные направления реализации программы

- образовательная деятельность;
- социально-психологическая помощь и поддержка;
- работа с родителями;
- воспитательная работа с обучающимися;
- межведомственное взаимодействие;
- мониторинговая деятельность.

## Условия реализации программы

- Привлечение врачей: психолога, нарколога.
- Привлечение педагогов дополнительного образования.
- Привлечение педагогов и родителей.
- Привлечение правоохранительных органов.
- Привлечение социальных партнёров: Центр поддержки семьи, центр психологической помощи «Сознание» в Октябрьском районе, городской библиотеки, учреждения дополнительного образования и др.

## Механизм реализации программы

*Предоставление информации.* Информация должна быть достоверной, уместной, с учётом особенностей аудитории (пола, возраста и убеждений) и предоставлять знания о последствиях злоупотребления ПАВ. Этот подход основывается на том, что, имея достоверную информацию о психоактивных веществах, об их влиянии на организм (физиологическом, психическом, психологическом), а также на социальное и экономическое благополучие, человек сможет принять взвешенное, ответственное решение по отношению к своему здоровью.

*Эмоциональное «обучение».* Этот подход базируется на том, что зависимости от ПАВ чаще всего подвержены люди, испытывающие трудности в понимании и выражении собственных эмоций; люди с заниженной самооценкой и неразвитой способностью к сопереживанию (эмпатией), с недостаточно развитой эмоциональной сферой, имеющие в структуре своей личности так называемый «запрет на эмоции», недостаточно общительны. В связи с этим они часто не умеют накапливать опыт переживаний и принятия решений в стрессовых ситуациях, готовы на все, чтобы включиться в любые группы, быть принятыми ими. Подростковая наркомания в настоящее время распространилась не только на подростков с проблемами в эмоциональной сфере, но и на многие другие группы молодых людей. Поэтому отдельно взятая эта модель, хотя и является эффективной, не может использоваться изолировано от других.

*Апелляция к ценностям и знаниям.* Подход основывается на теориях об изменении поведения и использует методы поведенческой терапии. Проблемное поведение подростка рассматривается с точки зрения функциональных проблем. Эксперименты с наркотиками могут быть:

- попыткой демонстрации взрослого поведения, способом уйти от родительского контроля; выражением социального протеста, вызовом по отношению к ценностям социальной среды;
- стремление получить новый, ранее не познанный опыт (поиск удовольствия и расслабления, стремление приобщиться к определённой субкультуре).

Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды, акт отчаянья, ответ на определённые нарушения в психологическом и социальном развитии. Сторонники этого подхода считают, чего подростки с подобными

функциональными расстройствами нуждаются в обретении определённых жизненных навыков, которые позволят им обрести устойчивость к различным негативным социальным влияниям и повысят их индивидуальную компетентность.

*Воспитание противодействию ПАВ.* Этот подход основывается на привитии социальных навыков, ориентированных на здоровый образ жизни, умение сопротивляться пагубному влиянию и давлению, умение говорить «нет».

*Предоставление альтернативы.* Этот подход предполагает развитие альтернативных социальных программ, в которых бы подростки смогли бы реализовать стремление к риску, поиску острых ощущений, повышенную поведенческую активность. Например, к ним относятся походы, путешествия с приключениями, занятия творчеством, видами спорта, связанными с риском, разнообразные клубы, кружки по интересам.

*Влияние социальной среды и сверстников (работа с семьёй и влиянием подростковой среды).* Работа с волонтерами. С точки зрения этого подхода важнейшим фактором развития человека является социальная среда, как источник обратной связи, поощрений и наказаний. Тренинги устойчивости к социальному давлению. Одним из важнейших направлений этих программ является работа с лидерами-подростками, желающими пройти обучение и осуществлять профилактическую антинаркотическую работу среди сверстников.

*Укрепление здоровья.* Этот подход основывается на сочетании личного выбора и социальной ответственности за здоровье. Здоровье рассматривается как источник благополучной повседневной жизни, а не как цель существования. В её основе социальные, личностные и физические возможности человека, обучение здоровому жизненному стилю.

## Содержание программы

Первичная профилактическая работа состоит из следующих блоков:

1. Информационно-просветительский блок включает в себя работу с обучающимися и их законными представителями. Работа проводится в рамках учебной деятельности в рамках изучаемых предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии, а также на классных часах, родительских собраниях. Возможно, в рамках развития социального партнёрства, привлечение медицинских работников, работников правоохранительных органов и др. заинтересованных людей, распространение информационно - демонстрационного материала пропагандистского характера.

2. Практический блок включает в себя несколько этапов: Диагностический. Проведение мониторинга в центре образования. Основные методы работы на данном этапе: тестирование, анкетирование, интервью. Цель данного этапа — информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление обучающихся «группы риска».

2.1. Проведение мероприятий, в которых поощряется любое творческое самовыражение обучающихся, их законных представителей и педагогов:

- тренинги,
- родительские собрания,
- диспуты и дискуссии,
- игровые занятия,
- деловые и ролевые игры,
- спортивные соревнования,
- праздники здоровья,
- выпуск информационных листовок и газет о здоровом образе жизни, плакатов, мини-книжек, открыток,
- проведение круглых столов, посвящённых проблеме здорового образа жизни,
- создание социальных проектов,
- выставки творческого самовыражения: стихи, сочинения, рисунки, поделки,
- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий,
- индивидуальные консультации среди обучающихся, их законных представителей, педагогов.



## Кадровое обеспечение

Директор.

- осуществление общего руководства и контроля реализации программы.

Заместитель директора по воспитательной работе:

- координация реализации программы.
- организация воспитательной работы и дополнительного образования в гимназии.
- проведение семинаров, консультаций.
- подготовка и издание методических рекомендаций.
- организация работы волонтеров.

Учителя.

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

Классные руководители.

- проведение классных часов, родительских собраний.
- сотрудничество в области профилактической работы со специалистами.
- установление контактов учащихся.

Психолог.

- психолого-педагогическое сопровождение программы.

Социальный педагог.

- профилактика вредных привычек.
- сотрудничество с инспектором ОП.
- привлечение детей «группы риска» к занятиям в кружках, клубах, секциях.

Медработник.

- диагностика состояния здоровья обучающихся.
- оказание медицинской помощи учащимся и педагогам гимназии.

Органы ученического самоуправления — «Совет Гимназистов».

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

Библиотека.

- обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

Правоохранительные органы.

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

Программа представляет собой синтез четырёх современных подходов

## к профилактике употребления ПАВ:

1. Подход, основанный на эмоциональном обучении. Повышение самооценки, развитие навыков принятия решений, формирование способностей справляться со стрессом.
2. Подход, основанный на формировании навыков личностного поведения и межличностного общения.
3. Подход, основанный на роли социальных факторов. Формирование навыков устойчивости к социальному давлению, негативному воздействию средств массовой информации.
4. Подход, основанный на распространении информации о факторах влияния ПАВ на организм, поведение подростка.

В работе по данной программе необходимо учитывать следующие компоненты:

1. Образовательный компонент — знание о действии химических веществ на организм человека, о механизмах развития заболевания зависимости, понимание последствий, к которым приводит химическая зависимость. Цель: научить обучающихся понимать и осознавать, что происходит с человеком при употреблении ПАВ. Комплексная программа профилактики вредных привычек.
2. Психологический компонент — коррекция определённых психологических особенностей личности, способствующих развитию зависимости от употребления ПАВ, создание благоприятного климата среди обучающихся, психологическая адаптация подростков «группы риска». Цель: психологическая поддержка обучающихся через формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников.
3. Социальный компонент — помощь в социальной адаптации подростка, овладение навыками общения. Цель: формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни.

## Возрастные этапы профилактики:

7-11 лет: формирование представления о здоровье, его значения, об основах здорового образа жизни; освоение навыков безопасного поведения (в том числе связанных с курением, алкоголизацией и наркотизацией окружающих); развитие навыков самоконтроля, формирование комплексного представления о здоровье, расширение знаний о негативном воздействии вредных веществ на организм человека;

11-13 лет: формирование устойчивости к негативному давлению окружающей среды; выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; необходимо заложить установку “не делай, как другие” по отношению к ПАВ; расширение знаний о негативном воздействии наркотических веществ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ).

14-18 лет: освоение навыков отказа и навыков пошагового общения в ситуациях наркогенного заражения, умения найти выход в конфликтной ситуации; выработка навыка «умей сказать — НЕТ!».

## Контроль за реализацией программы

Внутренний мониторинг проводит администрация. Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.

## Оценка эффективности программы

Оценкой эффективности реализации Программы могут служить следующие целевые индикаторы:

1. Доля обучающихся гимназии в возрасте от 7 до 18 лет, вовлечённых в профилактические мероприятия.
2. Уменьшение количества несовершеннолетних, употребляющих ПАВ;
3. Уменьшение количества несовершеннолетних, состоящих на учёте в ПДН, КДН, внутришкольном учёте.
4. Увеличение числа обучающихся, занятых в досуговой деятельности, в том числе, детей группы «риска».

Качественный анализ эффективности программы осуществляется мониторингом успешности воспитательной работы, уровнем воспитанности школьников.