

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Самарской области

ГБОУ СОШ пос. Новый Кутулук

РАССМОТРЕНО

Руководитель

М/О учителей естеств.–матем. цикла

\_\_\_\_\_  
Н.С.Хамина

Протокол №1 от 29.08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО

И.о. заместителя

директора по УВР

\_\_\_\_\_  
Н.С. Хамина

Протокол №1 от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

\_\_\_\_\_  
Н.М. Колосова

Приказ №108/1-од от 29.08.2022 г.

**Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности  
«Профилактика ПАВ»  
для обучающихся 7 - 8 классов  
основного общего образования**

Составитель: Юрежева Л.Е.,  
учитель химии и биологии

пос. Новый Кутулук, 2022г.

## Пояснительная записка

Можно констатировать тот факт, что все предпринимаемые попытки остановить рост детского алкоголизма, курения, наркомании до сих пор не увенчались успехом. Одна из наиболее существенных причин – крайнее упрощенное представление о профилактике. Традиционно усилия специалистов – медиков, юристов, политиков сосредоточены на воздействии внешних (по отношению к человеку) запретов, которые плохо защищают подростка. Первичная профилактика потребления ПАВ должна быть направлена на предотвращение аддиктивного поведения подростков – потенциальных и реальных потребителей алкоголя, наркотических и токсических веществ.

Родители, педагоги, медицинские работники и общественность должны стать наиболее активными субъектами профилактики отклоняющегося поведения и употребления ПАВ подростками.

Многие родители, даже ответственно относящиеся к выполнению своих родительских обязанностей, не обладают достаточными знаниями о критериях здоровья, о причинах, признаках и последствиях употребления ПАВ, о способах своевременного выявления и предупреждения различных форм отклоняющегося поведения. С другой стороны, в образовательных учреждениях отмечается дефицит педагогических и медицинских кадров, способных квалифицированно организовать работу по профилактике употребления ПАВ среди обучающихся, а также их родителей.

Сложившееся положение обуславливает необходимость реализации дополнительных мер направленных на повышение уровня осведомленности родителей, педагогических работников и детей о ПАВ и мерах противодействия ее распространению, а также степени их участия в организации профилактической работы с детьми и молодежью.

Успешная профилактика ПАВ связывается исследователями с наличием положительных социально-психологических навыков. Эти навыки обеспечивают умение отказываться от рискованных предложений, видеть положительные и отрицательные стороны явлений, взаимодействовать со сверстниками, дружить, выражать правильно свои чувства.

Дети подражают поведению друг друга. Некоторые авторы считают, что наибольшее влияние на установки и поведение детей оказывают сверстники. Это влияние может быть позитивным и негативным, особенно в употреблении алкоголя и курении. Одна из задач программы – помощь детям и подросткам в построении позитивных взаимоотношений со сверстниками, обучение умения выбирать друзей.

Многочисленные исследования дают основание полагать, что одной информации для изменения поведения недостаточно. Дети и подростки должны приобрести знания для того, чтобы самостоятельно критически мыслить и правильно строить поведение.

Потребление ПАВ имеет негативные, социально-экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни, как отдельного человека, так и популяции в целом. Современная школа, осуществляя социальную защиту, должна дать учащимся знания об их правах, о социальных гарантиях и социальных нормах. Отсюда и вытекает актуальность разработки Программы на современном этапе образования и воспитания школы.

## Цели и задачи программы

Целью первичной профилактики является создание системы информационно - пропагандической работы с родителями, детьми и подростками по формированию необходимых жизненных навыков и здорового образа жизни.

### **Задачи первичной профилактики употребления ПАВ:**

#### ***1. Развитие социальной и личностной компетентности:***

- способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;
- повысить самооценку детей;
- сформировать установку «ведение здорового образа жизни».

#### ***2. Выработка навыков самозащиты:***

- формирование навыков сопротивления негативному влиянию сверстников, рекламы, поступающей через каналы СМИ;
- информирование о психоэмоциональных, физиологических, соматических и социальных последствиях потребления ПАВ.

### **3. Предупреждение возникновения проблем общения и взаимоотношений:**

- обучить детей методам решения жизненных проблем и конфликтных ситуаций, навыкам эффективного общения, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ;
- сформировать навыки регуляции эмоций.

## **Основные направления работы.**

1. Информирование и просвещение учеников, их родителей и других значимых лиц.
2. Освоение знаний по проблеме профилактики ПАВ, интерактивных форм работы с участниками программы.
3. Введение знаний по профилактике ПАВ в содержание в ряд учебных предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии и др.
4. Проведение творческих мероприятий по профилактике ПАВ.

## **Содержание программы.**

**Программа представляет собой синтез пяти 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 молодого человека.

## **Планируемый результат**

Программа включает в себя обучение эффективному общению, уверенности в себе, умению управлять своими чувствами, выбору друзей и построению позитивных отношений со сверстниками, укреплению связи с семьей и другими значимыми взрослыми, решению возникших проблем, критическому мышлению.

*Показателем эффективности программы является:*

- Повышение процента занятости детей, активно участвующих в общественной деятельности школы.
- Увеличение процента самостоятельности детей в роли организатора собственной деятельности в активно-положительном использовании досуга.
- Повышение уровня воспитанности учащихся, социальной адаптации и предотвращение дезадаптации подростка.
- Положительная мотивация на здоровый образ жизни.

Программа позволит выявить подверженность обучающихся табакокурению, пивного алкоголизма, наркомании на ранней стадии, через комплекс социальных, образовательных, профилактических мероприятий, проводимых в ходе реализации проекта. Педагогам совместно с родителями подростков создать в школе и микрорайоне атмосферу, способствующую снижению вероятности употребления ПАВ подростками.

*В рамках данной программы планируется получить следующий результат:*

- все участники проекта получают необходимые знания по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, познакомиться с медицинскими учреждениями( адресами и направлениями их деятельности в области защиты подростков от наркомании).
- данный проект даст возможность обучающимся получить базовые знания в области самозащиты от наркотиков, ВИЧ-инфекции;
- подростки смогут получить квалифицированную помощь и будут знать, куда обратиться за помощью.

## Основное содержание

Программа рассчитана на 32 часа в 7 и 32 часа в 8 классах.

Темы повторяются. Это сделано для того, чтобы каждая из них рассматривалась более полно по мере развития учеников, соответствовала возрастному объему их знаний и уровню личностной и социальной компетенции.

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

### 7 класс

#### **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.

#### **Уметь:**

- делать здоровый выбор;
- понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними;
- принимать рациональные решения;
- анализировать собственные качества.

#### **Обладать навыками:**

- сопротивления давлению 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.

Вид учебной работы		Всего часов
Общая трудоемкость дисциплины		33 часа
№	Название темы	Кол-во часов
<b>7 класс</b>		
1	Я – неповторимый человек.	1
2	Культура моей страны.	1
3	Чувства.	1
4	О чем говорят чувства.	1
5	Множество решений.	1
6	Решение и здоровье.	1
7	Нужные и ненужные тебе лекарства.	1
8	Пассивное курение.	1

	Учусь делать здоровый выбор.	
9	Вкусы и увлечения.	1
10	Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	1
11	О чем говорят выразительные движения.	1
12	Учусь понимать людей.	1
13	Опасные и безопасные ситуации.	1
14	Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	1
15	Реклама табака и алкоголя.	1
16	Правда об алкоголе.	1
17	Мой характер.	1
18	Учусь оценивать себя сам.	1
19	Учусь взаимодействовать.	1
20	Учусь настаивать на своем.	1
21	Я становлюсь увереннее.	1
22	Когда на меня оказывают давление.	1
23	Курение (часть 1).	1
24	Курение (часть 2)	1
25	Самоуважение.	1
26	Привычки.	1
27	Дружба (часть 1)	1
28	Дружба (часть 2)	1
29	Учусь сопротивляться давлению.	1
30	Учусь говорить «нет».	1
31	И снова алкоголь.	1
32	Алкоголь в компании.	1

### 8 класс

#### **Обучающиеся должны знать:**

- влияние социальных стереотипов на употребление ПАВ;
- признаки ИПП, меры профилактики;
- проблемы дискриминации и насилия в современном обществе;
- связь между употреблением ПАВ и преступностью;
- осознавать собственные потребности;
- положительные и отрицательные стороны собственного выбора;
- стили семейного воспитания;
- собственные профессиональные предпочтения.

#### **Обучающиеся должны уметь:**

- ценить и сохранять своё здоровье и здоровье окружающих;
- преодолевать социальные стереотипы;
- оказывать сопротивление давлению сверстников;
- работать с источниками информации о вакансиях;
- правильно вести себя на собеседовании;
- отстаивать собственную точку зрения;
- анализировать социальные ситуации;
- делать обоснованный выбор;
- нести ответственность за принятое решение
- преодолевать жизненные трудности.

	Тема занятия	Количество часов
1	Что такое психоактивное вещество	1
2	Соблюдай безопасность	1
3	Кто и почему употребляет психоактивные вещества	1
4	Давление, влияние, ситуации	1

5	Ингалянты	1
6	Тревожность. Как преодолеть тревожность	1
7	Как начать разговор	1
8	Как поддерживать и завершать разговор	1
9	Манипулирование. Манипулирование и давление	1
10	Наркотики	1
11	Я и мои поступки	1
12	Самооценка и самовоспитание	1
13	Как преодолевать стеснительность	1
14	Ответственность	1
15	Что такое марихуана	1
16	Правда и ложь о марихуане	1
17	Вперед к здоровью	1
18	Мои ценности	1
19	Красота и здоровье	1
20	Возраст, доверие, независимость	1
21	Мое настроение и общение с людьми	1
22	Тренинг навыков невербального общения	1
23	Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения	1
24	Развлечения в компании	1
25	ВИЧ/ Спид	1
26	Моя внешность	1
27	Чувства. Которые мы переживаем	1
28	Как преодолеть конфликт	1
29	Насилие	1
30	Близкие отношения и риск	1
31	Как заражаются ВИЧ	1
32	Рискованное поведение и ВИЧ. Безопасное поведение и ВИЧ	1

### Список литературы:

1. Полезный выбор. Учебное пособие для учителя по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. – М.: Полимед, 2003..
2. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодежи. Под ред. Н.А.Сирота, В.М.Ялтонского. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
3. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Под ред. М.В.Антроповой, Е.А. Бабенковой и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
4. Интерактивные формы профилактической и консультативной антинаркотической работы в СМИ и Интернет – сети. Под ред. Н.К.Харитоновой, Л.О.Пережогина, А.Ю.Лесогорова – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
5. Профилактическая работа с несовершеннолетними различных групп социального риска по злоупотреблению психоактивными веществами. Под ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.