

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Свердловской области
«Харловская школа-интернат, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

ПРИНЯТО
на заседании ППк
протокол от 13.09. 2021 № ____
Председатель ППк
Кейль Т.Г. Кейль



УТВЕРЖДЕНО

Директор образовательного учреждения
Ю.Г.Южакова
Приказ от _____ № _____

Рабочая программа по реализации цикла занятий «Профилактика употребления психоактивных веществ».

Составила:
педагог-психолог П.В.Глазачева

Пояснительная записка

Групповая профилактическая программа разработана на основании действующего законодательства в области образования в Российской Федерации и образовательной программы образовательного учреждения.

Данная программа составлена для обучающихся 10 класса.

Курс профилактических занятий рассчитан на 35 часов (1 час в неделю). Продолжительность занятий 40 минут. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Цель программы: создание системы информационно-пропагандической работы с обучающимися по предупреждению употребления психоактивных веществ и обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

Задачи программы:

- формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- психологическая поддержка подростка, формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников, разрушительным для здоровья формам поведения;
- формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни.

Программа профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде является основой системного подхода к организации работы по предупреждению детской зависимости. Профилактика употребления ПАВ – это не только обсуждение вредности и печальных последствий курения, алкоголизма, наркомании, не запугивание их страшными бедами, а прежде всего помощь в освоении навыков эффективной социальной адаптации – умения общаться, строить свои отношения со взрослыми и сверстниками, в развитии способности оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им. Особое значение имеет формирование культуры здоровья – понимания ценности здоровья и здорового образа жизни. Только сформированность и осознание личностной ценности здоровья позволят ребенку понять, почему и чем для него опасно знакомство с одурманивающими веществами. Данная программа будет актуальна и полезна для учеников 10 класса, которые имеют склонность к злоупотреблению ПАВ.

Содержание профилактической работы.

Здоровье в твоих руках.

Формирование правильного отношения к своему здоровью. Здоровье – наше будущее. ЗОЖ.

Что такое ПАВ? Кто и почему употребляет ПАВ.

Рассказать обучающимся, что такое ПАВ, что к ним относится, какие последствия бывают после их употребления.

Алкоголь и его влияние на организм.

Рассказать обучающимся о вреде алкоголя на молодой организм, о его негативных последствиях.

Курение – «За» и «Против».

Рассказать обучающимся причины (мотивы) курения в подростковом возрасте. Организовать агитацию по профилактике табакокурения, создание памяток на тему: « Как опасно курение».

Подростку о вреде наркотиков.

Рассказать обучающимся что такое наркотики, что к ним относится, как их употребление влияет на организм человека.

Что вы знаете о летучих ингалянтах?

Показать видео обучающимся про летучие ингалянты, и что к ним относится. Как они действуют на организм человека.

Уверенное НЕТ ПАВ.

Историческая справка борьбы и профилактики ПАВ в различных странах. Формирование у подростков негативного отношения к ПАВ. Как правильно сказать «Нет».

Эмоции и человек.

Определение эмоциональных состояний людей, рассказать что такое эмоции, и как они могут влиять на употребление ПАВ.

Стресс и как его избежать.

Узнать у обучающихся, что они знают о стрессе, рассказать как с ним справляться.

Как не попасть под чужое влияние.

Научить обучающихся как не попадать под отрицательное влияние, и как научиться говорить нет.

Успех зависит от тебя.

Развитие общечеловеческих ценностей. Основные жизненные ценности. Уважение к окружающим. Привитие позитивных ценностей. Профилактика асоциальных явлений у подростков. Формирование позитивного отношения к себе и окружающим. Положительное отношение к жизни. Развитие уверенности в себе. Техники уверенного общения. Коррекция самооценки.

Знание – сила!

Правовое воспитание подростков. Приведение некоторых статей УК РФ. Актуальные законы об употреблении спиртосодержащих напитков в общественных местах. Закон о курении в общественном месте. Формирование у подростков положительного отношения к учебе. Воспитание стремления к получению новых знаний, умений, навыков. Воспитание стремления к самопознанию и саморазвитию.

Здоровье важнее.

Изменить отношение к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение, и отношение к здоровью. Обучить умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов
1	Диагностика на изучение отношения обучающихся к ПАВ.	1
2	Здоровье в твоих руках.	2
3	Что такое ПАВ? Кто и почему употребляет ПАВ.	2
4	Беседа на тему: «Алкоголь и его влияние на организм».	2
5	Лекция на тему: «Курение – «За» и «Против»	3
6	Подростку о вреде наркотиков.	2
7	Беседа на тему: «Что вы знаете о летучих ингалянтах?»	2
8	Уверенное НЕТ ПАВ.	2
9	Викторина на тему: «Эмоции и человек».	3
10	Стресс и как его избежать.	2
11	Как не попасть под чужое влияние	2
12	Успех зависит от тебя	5
13	Знание – сила!	3
14	Здоровье важнее	3
15	Повторное обследование.	1
	Всего	35

Календарно-поурочное планирование

№ п/п	Дата	Название раздела, тема занятий	Форма проведения	Обеспечение
1		Диагностика на изучение отношения обучающихся к ПАВ.	Диагностический пакет методик	
<i>Здоровье в твоих руках (2ч)</i>				
2		Формирование правильного отношения к своему здоровью. Здоровье – наше будущее. ЗОЖ.	Беседа	
3		Профилактические меры по сохранению здоровья. Как уберечь себя и своих близких от пагубного влияния ПАВ. Воспитание здоровой молодежи, заботящейся о своем здоровье.	Практикум	
<i>Что такое ПАВ? Кто и почему употребляет ПАВ (2ч)</i>				
4		Влияние ПАВ на организм школьника	Видео урок	
5		Тренинг с детьми «группы риска» по профилактике ПАВ «Да здравствует жизнь!»	Практикум	
<i>Беседа на тему: «Алкоголь и его влияние на организм» (2ч)</i>				
6		Вред алкоголя на молодой организм.	Лекция	
7		Тренинг « Влияние алкоголя на здоровье человека».	Практикум	Мяч, карточки с заданиями.
<i>Лекция на тему: «Курение – «За» и «Против» (3 ч)</i>				
8		Ознакомление с причинами (мотивами) курения в подростковом возрасте.	Беседа	
9 10		Организация агитации по профилактике табакокурения, создание памяток на тему: « Как опасно курение».	Практикум	Карандаши, бумага.
<i>Подростку о вреде наркотиков(2ч)</i>				
11		Беседа на тему:	Беседа	

		«Наркологическая зависимость, ее последствия»		
12		Молодежь без наркотиков	Практикум	
<i>Беседа на тему: «Что вы знаете о летучих ингалянтах?» (2ч)</i>				
13		Что такое летучие ингалянты, и что к ним относится. Как они действуют на организм человека.	Видео презентация	
14		Тренинг-занятие на тему: «Я против токсикомании».	Практикум	Набор заданий
<i>Уверенное «НЕТ» ПАВ</i>				
15		Историческая справка борьбы и профилактики ПАВ в различных странах.	Беседа	
16		Формирование у подростков негативного отношения к ПАВ. Как правильно сказать «Нет». Упражнение «Этюд на оправдание»	Практикум	
<i>Викторина на тему: «Эмоции и человек» (3 ч)</i>				
17		Эмоциональные состояния людей.	Беседа	
18		Мир эмоций.	Практикум	Карточки
19		Поведение. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать свое поведение и анализировать собственное состояние.	Тренинг	
<i>Стресс и как его избежать (2ч)</i>				
20		Что такое стресс, и как с ним справляться.	Беседа	
21		Тренинг на тему: «Как справиться с стрессом».	Практикум	Мяч, бумага, краски.
<i>Как не попасть под чужое влияние (2 ч)</i>				
22		Как противостоять чужому мнению.	Беседа	
23		Как научиться говорить нет.	Практикум	
<i>Успех зависит от тебя (5 ч)</i>				
24		Понятия «Эффективное общение». Барьеры возникающие в процессе	Беседа	

		общения и способы их преодоления.		
25		Эмпатия, развитие эмпатии у подростков. Умение слушать, прислушиваться, и понять собеседника. Как не стать равнодушным.	Видео презентация.	
26		Развитие общечеловеческих ценностей. Основные жизненные ценности. Уважение к окружающим. Привитие позитивных ценностей.	Беседа.	
27		Профилактика асоциальных явлений у подростков. Формирование позитивного отношения к себе и окружающим. Положительное отношение к жизни.	Практикум.	
28		Развитие уверенности в себе. Техники уверенного общения. Коррекция самооценки.	Игра с упражнениями.	
<i>Знание – сила! (3 ч)</i>				
29		Правовое воспитание подростков. Приведение некоторых статей УК РФ. Актуальные законы об употреблении спиртосодержащих напитков в общественных местах. Закон о курении в общественном месте.	Беседа	
30		Всемирные модели по борьбе с наркотиками, табачными изделиями и алкоголем. Модель профилактики ПАВ.	Видеоурок.	
31		Формирование у подростков положительного отношения к учебе. Воспитание стремления к получению	Практикум.	Краски, кисточки, листы бумаги.

		новых знаний, умений, навыков. Воспитание стремления к самопознанию и саморазвитию.		
<i>Здоровье важнее (3ч)</i>				
32		Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса и ценностного отношения к здоровью.	Видеоурок.	
33		Изменить отношение к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение, и отношение к здоровью.	Викторина в вопросах и ответах.	
34		Обучить умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.	Практика.	
35	<i>Повторное обследование.</i>			

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.
- болезни, связанные с применением ПАВ;
- причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании);
- вредное влияние ПАВ на организм человека.

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,

приобрести навыки:

- 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,

Список литературы.

1. Березин С. В. Психология ранней наркомании. Самара: СГУ, 1997 г.
2. Белогубов С.Б. Профилактика подростковой наркомании. М. Планетариум 2002г.
3. Буянов М. И. Размышления о наркомании. М.: Просвещение, 1999 г.
4. Валентик Ю.В. Личностно-ориентированные воздействия при реабилитации несовершеннолетних, злоупотребляющих психоактивными веществами. М. 2003г.
5. Левин Б. М. Наркоманы и наркомания. М.: Просвещение, 1991г.
6. Коцарецкая С.В. Наркотики в подростково - молодежной субкультуре. М. 2003г.
7. Понамарев А.В. Профилактика наркомании в образовательной среде. Екатеринбург 2003г.
8. Роттер М. Помощь трудным детям. М.: Просвещение, 1997 г.
9. Столин В. В. Самосознание личности. М. Профиздат, 1993 г.
10. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М. Прогресс, 1996 г.

