

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 39»

Согласовано:
председатель научно-методического
совета
Ж.А. Ковалева
протокол № 1
от «31» августа 2023г.

Утверждаю:
директор МБОУ «СПШ № 39»
М. Н. Титова
Приказ № 01-05-357
от «01» сентября 2023г.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
НАРКОМАНИИ, АЛКОГОЛИЗМА, ТАБАКОКУРЕНИЯ СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ШКОЛЫ

(уровень начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования)

Класс: 1-11 классы

Срок реализации данной программы: 2023-2024 уч. год

Норильск, 2023г.

Оглавление

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	4
1.3. Содержание программы.....	4
1.4. Планируемые результаты.....	16
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	
2.1. Календарный учебный график.....	17
2.2. Условия реализации программы.....	18
2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.....	18
Список литературы	
Приложения	

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В последнее время в России употребление населением, а особенно молодежью наркотических средств, психотропных веществ, табачной и алкогольной продукции превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Происходит неуклонное «омолаживание» наркомании. Средний возраст начала употребления наркотиков, психотропных веществ, табачной и алкогольной продукции среди молодежи снизился до 14 лет. Возрастает количество сопутствующих заболеваний: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов, венерических заболеваний. Очень высока криминализация лиц, употребляющих наркотические средства и другие психотропные вещества.

Лучшее лечение – это профилактика. Необходимо активизировать популяризацию здорового образа жизни, а также выявление наркозависимых и алкозависимых на ранних стадиях. Общими усилиями различных организаций удастся поставить надежный заслон наркомании и алкоголизму, обеспечить здоровое будущее нашему обществу. Информационно-просветительские и воспитательные меры должны осуществляться в комплексе с профилактикой. Осуществление профилактических и воспитательных мер – задача всего общества. Но в первую очередь – это забота семьи и школы. Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Благодаря совместным усилиям школы, семьи, общества подрастающий гражданин должен укрепиться в мысли о том, что именно он ответственен за свое собственное здоровье и должен рассматривать его как высшую ценность.

Разработка данной программы продиктована необходимостью создания в школе системы работы по профилактике употребления наркотических средств, позволяющей учащимся развиваться в благоприятной среде. Это обусловлено тем, что у значительной части несовершеннолетних и молодежи определяются признаки тех или иных зависимостей. Прежде всего, это широкий спектр зависимостей от различных психоактивных веществ (ПАВ), таких как никотин, алкоголь, наркотические и одурманивающие вещества.

Для решения общей задачи – борьбы с наркоманией необходима координация действий всех субъектов системы с привлечением широкого круга общественности. Программа направлена на все формы злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ), включая употребление табака, алкоголя, наркотиков и токсикантов, формирование навыков сопротивления наркотикам (ПАВ) на основе усиления ответственности личности в использовании ПАВ, увеличения социальной компетентности (межличностные отношения, самодостаточность, и твердость в сопротивлении), в соединении с укреплением негативного отношения к наркотикам. Разработанная профилактическая программа призвана оказать воздействие на все причины, нивелируя влияние отрицательных и способствуя влиянию положительных.

Актуальность данной программы состоит в нарастании остроты данной проблемы среди подрастающего поколения, повышении требований в

организации качественной работы по профилактике наркомании и формированию здорового образа жизни.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: разработка и применение эффективных, комплексных мер, направленных на профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения среди несовершеннолетних и противодействие злоупотреблению наркотическими средствами, а также формирование у подрастающего поколения и молодежи позитивного отношения к жизни.

Поставленная цель реализуется через решение следующих задач:

1. Проведение целенаправленной работы по осуществлению комплексных мер по профилактике распространения наркомании, в том числе работы с родителями, направленной на формирование в семьях здоровые берегающих условий здорового образа жизни, профилактику вредных привычек;

2. Формирование у подрастающего поколения и молодежи позитивного отношения к жизни, психологического иммунитета к наркотикам, алкоголю, табаку, установок на ведение здорового образа жизни и улучшение их духовно-нравственной культуры;

3. Повышение уровня воспитательно-профилактической работы в школе, самосознания учащихся через разнообразные формы работы;

4. Предоставление подросткам объективной информации о негативных последствиях приема ПАВ, алкоголя и табака;

5. Обеспечение координации усилий всех участников воспитательного процесса в организации профилактической работы.

Профилактику наркомании и пропаганду здорового образа жизни целесообразно начинать уже с 1-го класса. Данная программа рассчитана на обучающихся школьного возраста, легко применима в общеобразовательном учреждении.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

	Мероприятия	Сроки	Участники	Ответственные
1.	Анкетирование. Общее анкетирование	По плану педагога-психолога, классных руководителей	Учащиеся 1-11 классов	Педагог-психолог, заместитель директора
2.	Характерологический диагностический опросник для подростков (можно использовать результаты)	По плану педагога-психолога	Учащиеся 1-11 классов	Педагог-психолог

	социально-психологического тестирования)			
3.	Определение тревожности детей по тест-опросникам, самооценка психических состояний ребенка по Айзенку	По плану педагога-психолога	Учащиеся 1-11 классов	Педагог-психолог
4.	Составление банка данных. Контроль посещения учебных занятий и занятий дополнительного образования	По плану работы социального педагога, заместителя директора по воспитательной работе	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители	Заместитель директора
5.	Оформление документов на учащихся, состоящих на учете в ОДН и КДН	По мере выявления	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагог-психолог, заместитель директора по воспитательной работе	Заместитель директора
6.	Система урочных и внеурочных мероприятий по профилактике ПАВ	По календарному плану воспитательной работы	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители	Заместитель директора, классные руководители
7.	Дни здоровья, спортивные праздники, мероприятия школьной спортивной лиги, соревнования по плану школьного спортивного клуба «Сапсан»	По календарному плану воспитательной работы, по плану УОиДО, по плану работы школьного спортивного клуба «Сапсан»	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители	Заместитель директора, классные руководители, учителя физической культуры, старшая вожатая
8.	Акции, подготовка выступления агитбригад на тему здорового образа жизни!»	По календарному плану воспитательной работы	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители	Заместитель директора, классные руководители, старшая вожатая

9.	Работа спортивных секций	По расписанию работы дополнительного образования	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители	Заместитель директора, учителя физической культуры
10.	Подготовка тематических выступлений специалистов и классных руководителей на родительских собраниях	По календарному плану воспитательной работы	Классные руководители, специалисты	Заместитель директора
11.	Проведение итогового опроса (апрель месяц)	Согласно программе воспитания	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители	Заместитель директора, классные руководители,

Профилактика курения среди обучающихся 7-11 лет

Работа с младшими школьниками по предупреждению табакокурения имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе, а с другой – психологическими особенностями школьников младших классов.

Поэтому следует учитывать, в частности, следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с младшими школьниками.

1. Учитель является для младших школьников авторитетом. Негативное мнение учителя о курении, особенно среди подростков, молодежи должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на другие авторитетные для ребенка мнения.

2. Младшие школьники чаще, чем взрослые, воспринимают мир в полярных категориях: “хорошо-плохо”, “правильно-неправильно”. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка одеваться в «одежды темного цвета».

3. Образность мышления обучающегося позволяет ему увидеть то, что говорит учитель более ярко, образно, фантастично, сказочно. Это же касается и работы с образами, связанными с тематикой табакокурения.

4. Тяга и склонность обучающегося к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов учебной работы, касающихся тематики профилактики табакокурения.

5. Большая, чем у школьников старших классов, связь младших школьников со своими родителями определяет большие возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к курению. Курение как привычка встречается в младшем школьном возрасте в

единичных случаях. При этом необходимо различать два вида раннего курения — «игру», основанную на любопытстве, подражании взрослым, случайном нерегулярном экспериментировании, и раннее начало курения, связанное с педагогической запущенностью обучающегося и его вовлеченностью в компанию старших курящих подростков. Таким образом, если первый вид курения является прямым объектом профилактической работы, то второй помимо этого должен дополняться психологической и педагогической коррекцией поведения обучающегося в рамках учебно-воспитательных программ. Предупреждение табакокурения среди обучающихся младшего школьного возраста, основано на разъяснении вредных последствий курения для организма. Нередко обучающиеся задают «провокационный» вопрос: «Почему взрослые курят, если это вредно, и почему продают сигареты, если все знают об их вредном воздействии?» Нужно сообщить обучающимся, что курение входит в привычку, от которой бывает очень трудно избавиться. Курящие взрослые знают о вреде курения и чаще всего хотели бы бросить курить, но уже не могут сделать этого без специальной помощи.

Важно иметь в виду, что факт привыкания к табаку очень мало осознается юными курильщиками. У них существует иллюзия, что от курения можно отказаться в любой момент, что человек курит потому, что ему это нравится, а не потому, что уже не может обойтись без сигареты. Это необходимо постоянно подчеркивать, хотя психологические закономерности изменить трудно.

Значительное влияние на формирование привычек обучающегося, его жизненных установок и будущего стиля жизни оказывают родители. Поэтому работе с ними нужно уделить особое внимание. Таким образом, основными задачами предупреждения табакокурения младших школьников является разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного, здорового образа жизни, несовместимости с этим табакокурения, а также разъяснение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.

Цель профилактики – заложить установку, что курение – вредная привычка, пагубное пристрастие, наносящее вред здоровью. Основными задачами при профилактике курения среди обучающихся 6-11 лет являются:

1. Формирование представления об основных системах организма человека и их функционировании;
2. Разъяснение полезного влияния физических упражнений и закаливания на организм человека и вредного влияния курения;
3. Разъяснения причин курения взрослых.

Профилактика табакокурения для обучающихся 11-13 лет.

На данном этапе обучения нужно помнить, что подростки ориентированы на ближайшее окружение, а взрослые остаются чем-то внешним. В 11-13 лет обучающийся начинает искать свой взрослый стиль, новый облик и очень важно, как на аддиктивные привычки настроен весь класс, а главное – лидер класса. Так как психологический прессинг среды огромен, необходимо

проводить работу прежде всего с родителями, с семьей. На родительском собрании даются установки для родителей:

- общайтесь со своими детьми;
- научитесь выслушивать своего ребенка;
- ставьте себя на его место;
- будьте рядом не на словах, а на деле;
- проводите больше времени вместе;
- дружите с его друзьями
- помните, что ваш ребенок уникален, он единственный в своем роде со всеми его недостатками.

Нормы профилактики для обучающихся 11-13 лет – это дискуссия и ролевые игры. Цель профилактики – выработка специальных навыков самооценки себя, как личности.

Профилактика табакокурения для обучающихся 14-16 лет

По статистике именно у обучающихся 7-х – 8-х классов происходит первое приобщение к табакокурению. Поэтому, в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого “пика” интереса к курению, именно в этих классах необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов и медицинских работников. В этом возрасте прежние установки уже не действуют или действуют по-другому. Взрослые утрачивают свое влияние на школьника.

Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму давления группы. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может являться той минимальной жертвой, которую подросток готов принести, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте – важнейшая проблема для профилактики курения, а информирование о вредных последствиях табакокурения имеет только вспомогательное значение. Таким образом, предупреждение табакокурения в подростковом возрасте особенно необходимо проводить с учетом возрастнo-психологических обучающихся.

Другой формой предупреждения табакокурения в подростковом возрасте является проведение ролевых игр, в ходе которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников.

Предупреждение табакокурения у обучающихся старших классов

Большинство исследователей указывают, что именно в старших классах количество курильщиков резко возрастает. В отличие от подростков, у старшеклассников в меньшей степени выражена эмоциональная зависимость от группы сверстников и на первый план выдвигаются формы поведения, выражающие индивидуальность. Им уже не надо кому-то доказывать свою взрослость. Соединение идеи курения с такими понятиями, как молодость,

красота, жизненный успех, победа, в значительной степени укрепляет социально-психологическую мотивацию курения. Кроме того, у многих старшеклассников курение уже стало привычкой, формируется зависимость от табака. Молодые люди начинают понимать, как трудно отказаться от курения, даже если знаешь, что это вредно для здоровья. Таким образом, в старшем школьном возрасте особую значимость приобретает тема отказа от курения.

Еще одна проблема, связанная с курением и актуальная для юношества — это проблема здоровья и красоты женщины, деторождения, материнства и охраны матери и ребенка от пагубного влияния табачного дыма. Поэтому одной из линий воспитательной работы со старшеклассницами должна быть их подготовка к будущему замужеству, материнству и родительству. Эта тематика составляет важный раздел в курсе подготовки юношей и девушек к семейной жизни.

Другой аспект, на котором следует акцентировать внимание обучающихся - вред пассивного курения и ответственность курильщика перед окружающими и членами своей семьи. Вывод здесь такой: курение перестает быть личным делом каждого, если оно вторгается в личную жизнь других людей. Этот тезис может найти свое развитие в дискуссии на тему о правах, курящих и некурящих или о том, могут ли обучающиеся упрекать своих родителей в том, что они курят.

Этапы реализации комплексной программы:

I. Подготовительный этап.

1. Ретроспективный анализ литературы по данному направлению.
2. Составление программы социальных действий с участниками образовательного процесса.

II. Основной этап.

1. Реализация мероприятий программы.
2. Внедрение программы через проведение традиционных мероприятий, направленных на решение задач:
 - участие в акциях.
 - декада здоровья (комплекс мероприятий).
 - «мозговые штурмы», тренинги, направленные на здоровый образ жизни.
 - спортивные мероприятия.
 - классные часы, беседы по данной проблеме.

III. Аналитический этап.

1. Социальный прогноз.
2. Анализ реализации программы.
3. Оформление отчётов.
4. Оценка результатов.

Механизм реализации программы осуществляется через:

- мониторинговые исследования и определение перспектив;

- взаимодействие педагогов, классных руководителей, родителей, детей, сотрудничество с КДН, ОП;
- внедрение здоровьесберегающих технологий, формирующих позитивные установки на ЗОЖ;
- привлечение родителей для успешного функционирования программы по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения среди несовершеннолетних;
- повышение роли дополнительного образования детей; организацию совместной деятельности детей и взрослых: военно-патриотическое, интеллектуальное, научно-техническое, художественное, эстетическое, экологическое, физическое воспитание, краеведческую работу.

Участники программы

- основным звеном программы является коллектив детей, педагогов и родителей, участвующих в организации и проведении мероприятий, направленных на здоровый образ жизни, профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения среди несовершеннолетних.
- участником программы является любой ученик в возрасте от 7 до 18 лет.

Управление, контроль, мониторинг

Управление и контроль над реализацией программы осуществляет заместитель директора в мониторинге программы. Координатором программы являются классные руководители, учителя-предметники, старшая вожатая, педагог-психолог, библиотекарь.

Методы реализации программы

Мозговой штурм. Метод используют для развития творческого мышления. Это помогает ученикам не быть строгим судьёй себе и другим. Попросит группу учеников выдать столько идей, сколько они могут, может, зафиксировать их на доске. Никто в группе не должен оценивать и комментировать: «Позитивные или негативные идеи?» По завершении мозгового штурма идёт оценка этих идей.

Рольевые игры. Ощущение себя «в чужой шкуре» помогает развить сопереживание и возможность понять ситуацию с различных сторон. Можно попросить ребят представить себя в различных ситуациях – «драматическая ситуация» помогает вжиться в проблему. Можно принять рольевые игры, «проживая» какие-либо события.

Развитие мнений через обсуждение и дебаты. Многие вопросы требуют обсуждения, т. к. дети и педагоги часто имеют собственное мнение. Следовательно, очень важно определить своё собственное мнение. Во время обсуждения дети понимают, что бывает множество мнений по одному вопросу.

Рекламные листки, буклеты, плакаты, эмблемы. Чаще всего школьное обучение состоит из разделов: слушать учителя, выполнять письменные задания. Записи очень важны для систематизации знаний, для развития

коммуникативных способностей. Можно сделать записи в форме рекламного листка, буклета, плаката – т.е. того, что может информировать других. Дизайн и иллюстрация становятся очень важными для детей, так как помогает им общаться.

Истории. Многие люди учатся на историях, которые являются важным путём передачи знаний и морали; и даже телевизионные фильмы по-своему учат нас исследовать текущие события. Истории и рассказы позволяют ученикам переносить свой личный опыт в форму фантазий, и поэтому они не сообщают о себе те вещи, о которых хотелось бы умолчать. Различные люди по-разному интерпретируют одну и ту же историю. Народные сказки, рассказы о жизни, фантастика часто нужны нам, так как помогают лучше понять свои проблемы.

Работа в группах и парах. Ребёнок учится на чужих примерах, чужом опыте, поэтому работа в группе очень важна. Но управлять группой должен преподаватель, в обязанности которого входит следить, не доминирует ли кто-либо над другими, все ли участвуют в работе. В состав группы не должны постоянно входить только друзья, а с целью улучшения атмосферы в группе необходимо научиться уважать чужую точку зрения, что способствует развитию коммуникативных навыков.

Программа предполагает:

1. Организацию управления и контроля системы профилактической работы в школе.
2. Проведение бесед с учащимися и их родителями о действии наркотических веществ, алкоголя на организм человека и его последствиях.
3. Деятельность участников образовательного процесса по предотвращению потребления и распространения психоактивных веществ.
4. Индивидуальную работу с учащимися.
5. Работу с родителями.

Организация профилактической работы предполагает:

1. Включение в план работы школы мероприятий по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и правонарушений среди несовершеннолетних на учебный год.
2. Ознакомление с планом мероприятий педагогического коллектива.
3. Обсуждение направлений работы по профилактике употребления ПАВ и правонарушений среди несовершеннолетних на заседаниях методического объединения классных руководителей.
4. Обсуждение хода работы по ранней профилактике наркомании и правонарушений среди несовершеннолетних на заседаниях родительского комитета.
5. Деятельность школьной библиотеки по профилактике наркомании и правонарушений среди несовершеннолетних через выставку литературы, читательские конференции и диспуты.

6. Борьбу с абсентеизмом (пропуски занятий без уважительных причин), которая, являясь одним из основных направлений в воспитательной и учебной работе, обеспечивает успешную профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения, а также формирование у подростков навыков законопослушного поведения.
7. Ежедневный контроль успеваемости со стороны классного руководителя и родителей.
8. Организацию досуга учащихся, широкое вовлечение их в занятия спортом, художественное творчество, кружковую работу, которые способствуют развитию творческих инициатив ребёнка, активному полезному проведению свободного от учёбы времени, формированию законопослушного поведения.

Тематика классных часов по профилактике наркомании, табакокурения
и алкоголизма для 5-9 классов

5 класс

1. Определение понятия «здоровья». Компоненты и критерии здоровья.
2. Факторы, влияющие на здоровье человека.
3. Здоровый образ жизни как рациональный способ жизнедеятельности. Элементы здорового образа жизни.
4. Зависимость образа жизни от индивидуальных особенностей организма, климато–географических условий. Здоровый образ жизни в народных традициях и обрядах.
5. История распространения табакокурения.
6. Курение табака как доходная статья для производителей и торговцев табачной продукции. Современная распространённость табакокурения.
7. Законодательные акты и мероприятия по ограничению табакокурения.
8. Профилактика табакокурения в народных традициях, произведениях литературы и искусства.
9. Происхождение алкоголя и различных спиртных напитков.
10. Отношение к алкоголю и последствиям его употребления у разных народов. Современная распространённость пьянства и алкоголизма.
11. Антиалкогольные обычаи и законодательные акты, направленные на искоренение пьянства и алкоголизма.
12. Профилактика употребления алкоголя в народных традициях, произведениях литературы и искусства.
13. Наркотики и общество. Понятие о зонах природного наркотизма.
14. История распространения наркомании.
15. Современная распространённость наркоманией и токсикоманией.
16. Национальные, культурные традиции и законодательные акты, направленные на искоренение наркомании.

6 класс

1. Зависимость здоровья человека от чистоты тела, кожи. Условия, способствующие поддержанию чистоты тела. Уход за школьной формой. Требования к белью.
2. Влияние пыли и загрязненного воздуха в помещении на динамику работоспособности и распространения инфекционных заболеваний. Способы устранения запыленности воздуха и вещей.
3. Состав табачного дыма и табачных смол. Понятие о канцерогенах.
4. Органы –мишени для табака. Болезни, связанные с табакокурением. Влияние курения на внешний вид, умственную и физическую работоспособность, занятия спортом.
5. Характеристика активного и пассивного курения. Действие на организм пассивного курения.
6. Законодательные акты, направленные на ограничение курения.
7. Механизм воздействия алкоголя на клетки и ткани организма.
8. Разрушение эритроцитов как основа кислородного голодания тканей.
9. Поражение внутренних органов при эпизодическом и регулярном приеме алкоголя. Последствия разрушения клеток нервной системы, печени, сердца, половых клеток.
10. Влияние алкоголя на терморегуляцию, артериальное давление, обмен витаминов, на пищеварение, всасывание питательных веществ, на нервную систему, умственную работоспособность, память.
11. Влияние алкоголя на физическую работоспособность и занятия спортом. Алкогольная деградация личности.
12. Особенности действия различных алкогольных напитков на клетки и ткани организма.
13. Наркотики и их влияние на организм. Влияние эпизодического и продолжительного приема токсических препаратов на рост и развитие организмов.
14. Последствия токсического воздействия на нервную систему, память, поведение. Динамика умственной и физической работоспособности при воздействии токсикантов.
15. Механизм воздействия наркотиков на клетки и ткани организма. Влияние наркотиков на память, психику, социальные функции человека. Аутоагрессивное поведение как следствие употребления наркотиков.
16. Конкурс антирекламы наркотиков.

7 класс

1. Повышение уровня двигательной активности. Влияние занятий гимнастикой и подвижными играми на осанку. Привычки, отрицательно влияющие на формирование осанки, их искоренение.
2. Активный отдых между занятиями как способ скорейшего восстановления трудоспособности. Упражнения по профилактике нарушений осанки, утомления органов зрения.

3. Курение как один из вариантов наркомании. Стадии никотиновой наркомании: бытовое, привычное и пристрастное курение.
4. Механизм формирования зависимости к табакокурению. Мышечная зависимость как специфическое проявление табачной наркомании. Способы борьбы с мышечной зависимостью при табакокурении.
5. Сравнение эффективности различных методик отказа от курения.
6. Мой выбор: поиск убедительных ответов отказа на предложение закурить.
7. Механизм формирования алкогольной зависимости. Изменения, происходящие в связи с становлением психической и физической зависимости. Понятие о зонах комфорта и дискомфорта.
8. Толерантность, ее изменение при приеме алкоголя. Нарушение обмена веществ при алкогольной зависимости.
9. Понятие об абстиненции. Возможности устранения зависимости. Необратимость психической зависимости в связи с невозможностью восстановления чувствительности зон комфорта.
10. Биологические и социальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости к алкоголю.
11. Механизм формирования зависимости к наркотикам.
12. Нарушение передачи нервного импульса при становлении психической и физической зависимости.
13. Абстинентный синдром. Нарушение чувствительности зон комфорта.
14. Компulsive (неодолимое) влечение как основа необратимости психической зависимости.
15. Биологические, микросоциальные и макросоциальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости.
16. Профилактика наркомании в произведениях литературы и искусства.

8 класс

1. Основы психогигиены. Эмоции и чувства. Культура чувств и их проявление. Этика взаимоотношений. Аэробные упражнения и закаливающие процедуры как способ повышения настроения.
2. Свободный выбор как признак взросления. Центр доверия и психологической помощи подросткам и возможности разрешения конфликтных ситуаций. Способы психологической защиты.
3. Экономические, социальные и биологические последствия табакокурения. Сигареты и семейный бюджет.
4. Курение и социальная адаптация личности.
5. Курение и экология квартиры.
6. Конкурс антирекламы табака.
7. Социальные и биологические последствия пьянства и алкоголизма: преступления, пожары, дорожно –транспортные происшествия, и т.д.
8. Обоснование превышения экономического ущерба над денежной выручкой при торговле алкоголем.
9. Последствия эпизодического приема алкоголя.

10. Негативные последствия «питейных обычаев»
11. Конкурс антирекламы алкогольных напитков.
12. Экономические и социальные последствия наркомании.
13. Факторы, предопределяющие антисоциальность больных наркоманией. Искажение семейных связей, детородной функции.
14. Особенности развития наркомании и токсикомании в подростково-юношеском возрасте. Последствия наркотизации подростков для общества.
15. Биологические последствия приема наркотиков. Особенности биологических последствий при приеме наркотиков подростками и молодыми людьми.
16. Наркотические и токсикоманические вещества как средство порабощения личности. Инстинкт самосохранения. Борьба с наркоманией за рубежом.

9 класс

1. Рациональная организация труда и отдыха во время подготовки к экзаменам. Требования к продолжительности занятий, активному отдыху на свежем воздухе, продолжительности и качеству ночного сна, питания.
2. Компьютер и здоровье. Основные правила техники безопасности при работе на компьютере. Упражнения и самомассаж для профилактики утомления рук и органов зрения.
3. Влияние табакокурения (активного и пассивного) на репродуктивные функции человека.
4. Последствия курения мужчины и женщины для развития плода, роста и развития ребенка.
5. Способы отказа от пробы сигарет.
6. Алкоголь и семья. Влияние алкоголя на потомство. Нарушение детородной функции семьи.
7. Понятие об «алкогольном зачатии», «алкогольном плоде», алкогольной интоксикации плода и грудного ребенка.
8. Нарушение социализации детей.
9. Негативное влияние алкоголя на растущий организм.
10. Мой выбор: отказ от приема алкоголя.
11. Наркотики и семья.
12. Пути воздействия наркотиков на потомство. Нарушение детородной функции семьи.
13. Понятие о «наркотическом плоде», наркотической интоксикации плода и грудного ребенка.
14. Нарушение функции социализации детей.
15. Негативное влияние наркотиков на растущий организм.
16. Мой выбор: противодействие сомнительным предложениями

Работа с родителями

Повышение психолого-педагогической культуры родителей и воспитательной функции семьи. Профилактика курения ведётся в тесной связи

с родителями. Курение может стать частью «семейного круга». Согласно данным социологического опроса, дети курильщиков имеют в полтора раза большую вероятность приняться за курение. Дети, которые чувствуют, что их родители не одобряют их курение, приблизительно в семь раз менее вероятно станут курильщиками, чем те, кто думает, что родители одобряют это. Влияние родителей сильнее всего ощущается для младших подростков, и оценка семейных программ для 9 и 10-летних показала более низкую степень приобщения к курению среди прошедших обучение детей и уменьшение распространенности курения среди их родителей. Не стоит упускать возможность и обратного влияния детей на родителей. Большинство взрослых курильщиков хотят бросить курить, но им часто не хватает какого-то дополнительного стимула. Активная позиция ребенка, как минимум в защиту своего права дышать у себя дома воздухом, свободным от табачного дыма, может помочь их родителям расстаться с вредной привычкой. К тому же такая активная позиция ребенка запоминается им надолго и, особенно в случае успеха, служит надежной прививкой от курения. Будет профилактика табакокурения подростков и молодежи успешной или нет, во многом зависит от семьи.

№	тема	форма
1.	Курение подростка: миф и реальность	Выступление на родительском собрании
2.	Болезни, вызываемые курением	Выступление на родительском собрании
3.	Вредные привычки в семье. Табакокурение и закон (№ 87-ФЗ Об ограничении курения табака»)	Выступление на родительском собрании
4.	Физическая культура против табакокурения	Семейные веселые старты
5.	Культура свободного времяпрепровождения подростка как актуальная задача родителей. Формирование устойчивых установок против вредных привычек.	Дискуссия
6.	Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья детей и подростков	Семейный день здоровья

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предполагаемый результат:

- снижение числа курящих учащихся (количества выкуриваемых сигарет в день) в результате проведения комплекса мер по борьбе с курением, наличие

у учащихся потребности в здоровом образе жизни через формирование знаний о возможностях его обеспечения, развитие интереса к занятиям спортом;

- повышение образовательного уровня родителей и детей по вопросам здорового образа жизни;

- информационное и методическое взаимодействие всех участников образовательного процесса, направленное на предотвращение распространения наркомании, алкоголизма, табакокурения, пропаганду ЗОЖ;

- формирование банка данных о семьях детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

- повышение уровня информированности школьников о формах рискованного поведения, здоровьесберегающей позиции и поведения;

- возрождение традиции семейного воспитания, утверждение здорового образа жизни;

- оказание практической помощи родителям при возникновении проблемных ситуаций. Обучений родителей навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с ребенком (подростком);

- создание условий для развития личности учащегося, формирование позитивной аутоидентификации, ценностных ориентаций и установок, исключающих употребление наркотиков и минимизирующих прием других ПАВ, усвоении основных жизненных навыков, необходимых для успешной самореализации и противостояния возможному давлению со стороны потребителей ПАВ, а также в реально оздоровлении социального окружения учащихся.

Обучающиеся должны знать:

- болезни, связанные с курением;
- причины и последствия табакокурения;
- вредное влияние табака на организм человека.

Обучающиеся должны уметь:

- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- вести активный здоровый образ жизни.

Обучающиеся должны приобрести навык:

- работы в коллективе;
- высказывания своих мыслей;
- изучения научной литературы.

РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКСОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Год обуч ения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количес тво учебных недель	Колич ество учебн	Колич ество учебн	Режим занятий	Сроки Проведения промежу
---	---------------------	---------------------------	------------------------------	-------------------------------------	-------------------------	-------------------------	------------------	--------------------------------

					ых дней	ых часов		точной аттестац ии
1	1	01.09.2023	21.05.2024	34	34	34	1 час в неделю	Апрель 2024

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Средства, необходимые для реализации данной программы:

- разработки по темам;
- справочники, художественная литература;
- наглядный материал: схемы, картинки, видеозаписи сюжетов на различные темы и проблемные ситуации;
- компьютер;
- подключение к сети Интернет.

Основные формы проведения занятий:

- теоретические и практические занятия (дискуссии, диалоги);
- работа со справочной литературой (словарями, энциклопедиями);
- участие в школьных и районных мероприятиях;
- конкурсы, интернет-конкурсы, защита работ, публикации

Кадровое обеспечение: педагог, имеющий высшее (средне специальное) педагогическое образование, прошедший курсы повышения квалификации по программам ДО.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочным материалом считается раздел «Здоровый образ жизни» мониторинга программы воспитания, который заполняют обучающиеся 1-11 классов каждый апрель (Приложение 1). Для заполнения используются Google –форма. В разделе «Здоровый образ жизни» содержатся вопросы, позволяющие оценить:

- сформированность знаний, представлений о системе ценностей гражданина России;
- сформированность позитивной внутренней позиции личности в отношении системы ценностей гражданина России;
- наличие системы деятельности на основе системы ценностей гражданина России.

Список литературы

1. Федеральный закон от 10 июля 2001 г. N 87-ФЗ "Об ограничении курения табака" (с изменениями от 31 декабря 2002 г., 10 января 2003 г., 1 декабря 2004 г.).
2. Федеральный закон от 2 января 2000 г. N 29-ФЗ "О качестве и безопасности пищевых продуктов" (с изменениями от 30 декабря 2001 г., 10 января, 30 июня 2003 г., 22 августа 2004 г., 9 мая 2005 г.).
3. Федеральный закон от 18 июля 1995 г. N 108-ФЗ "О рекламе" (с изменениями от 18 июня, 14, 30 декабря 2001 г., 20, 22 августа, 2 ноября 2004 г., 9 мая, 21 июля 2005 г.).
4. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 28 февраля 2005 г. N 163 «Об утверждении предупредительных надписей о вреде курения табака».
7. Касаткин В.Н. и др. Принципы создания программы профилактики курения в школе.//Вестник образования, № 13, 2001, с. 57-71.
8. Савченко Е.В., Жиренко О.Е. Классные часы: 5-9 классы. – М.: ВАКО, 2007. –176 с.
9. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 5-7 классы. – М.: ВАКО, 2009. – 208 с.
10. Соловьёв С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-метод. пособие // М.: Дрофа, 2006. – 192 с.
11. Справочник социального педагога: 5-11 классы / авт.сост. Т.А. Шишковец. М.: ВАКО, 2007.- 336 с.

Приложение 1

Здоровый образ жизни					
<i>Оцени свое отношение к предложенным высказываниям по пятибалльной шкале</i>					
Отношение	Нет	Скорее нет	Затрудняюсь ответить	Скорее да	Да
Балл	1	2	3	4	5
<i>Сформированность знаний, представлений о системе ценностей гражданина России</i>					
Я знаю					Балл
"Здоровый образ жизни - это индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья"?					4
Я знаю принципы здорового образа жизни					4
Я знаю о вредном воздействии на организм наркотических веществ					4
Я знаком с правилами поведения в чрезвычайных ситуациях					4
Я знаю правила здорового питания					4
Я знаю, как справляться со стрессом					3
Средний балл					3,8
<i>Сформированность позитивной внутренней позиции личности в отношении системы ценностей гражданина России</i>					
Я отношусь					Балл
Я регулярно занимаюсь спортом					2
Я соблюдаю режим дня					4
Я осознаю последствия употребления вредных веществ					4
Я делаю зарядку для глаз во время работы за компьютером					2
Я слежу за своей осанкой					2
Я умею справляться со стрессом					3
Я стараюсь питаться правильно					2
Средний балл					2,7
<i>Наличие опыта деятельности на основе системы ценностей гражданина России</i>					
Я делаю					Балл
Я получаю информацию о ЗОЖ чаще всего в школе					3
Я получаю информацию о вреде наркотических веществ чаще всего в школе					4
В школе проводится достаточное количество мероприятий, бесед по разъяснению влияния курения, алкоголя, наркотиков на организм					4
В школе проводится много спортивных мероприятий					4
Все спортивные мероприятия в школе интересные					3
Я знаю, как поучаствовать в организации спортивных мероприятий					3
Я знаю с кем в школе можно обсудить вопросы ЗОЖ и спорта					2
Я рассказываю другим о пользе ЗОЖ					2
Я - организатор спортивных мероприятий в школе					1
Я готов провести/провел занятие по ЗОЖ с малышами					1
Я - участник тестирования ГТО					1
Средний балл					2,5
<i>Кратко ответь на два вопроса</i>					
Вопрос 1. Что по твоему мнению нужно изменить в спортивной работе школы?					
Ответ:					
Вопрос 2. Что по твоему мнению нужно изменить в спортивной работе школы?					
Ответ:					