

Утверждена

Директор ГАПОУ СО «ТМТ»

_____ С.П. Барабанова

«31» августа 2023г.

Программа
по пропаганде здорового образа жизни и профилактике употребления ПАВ

Паспорт программы

Наименование программы	Программа по противодействию и профилактике вредных привычек
Заказчик	Администрация техникума
Разработчики программы	Рабочая группа заместитель директора по ВР, социальный педагог, педагог – психолог
Исполнители программы	Администрация, педагогический коллектив техникума, студенты, медицинские работники, родительская общественность.
Цель программы	Создание условий (организационных, информационных, правовых, педагогических, психологических) для эффективного противодействия потреблению ПАВ обучающимися, формирование у них потребности в здоровом образе жизни.
Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> -совершенствование системы первичной профилактики употребления ПАВ; -организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики употребления ПАВ; -усиление пропаганды здорового образа жизни; -снижение интереса к ПАВ путем вовлечения обучающихся в досуговую деятельность по интересам; -формирование у родителей обучающихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков.
Сроки реализации программы	2023-2024 учебный год
Ожидаемые конечные результаты программы	<p>Совершенствование системы профилактической работы в техникуме.</p> <p>Разработка эффективных механизмов совместной деятельности участников воспитательной системы техникума: педагогического коллектива, родительской общественности, студенческого самоуправления.</p> <p>Повышение психолого-педагогической грамотности родителей обучающихся техникума.</p> <p>Повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива техникума.</p> <p>Формирование здорового жизненного стиля и эффективных линий поведения у подростков.</p> <p>Снижение факторов риска потребления ПАВ в подростковой среде.</p> <p>Уменьшение числа обучающихся, стоящих на всех видах учета.</p> <p>Активное и результативное участие обучающихся техникума в различных конкурсах, соревнованиях.</p> <p>Создание здоровой и безопасной среды в техникуме.</p>

Нормативно-правовая база программы	Программа разработана в соответствии с основными положениями Конституции РФ, Конвенции о правах ребёнка, Семейного кодекса РФ, Законом «Об образовании в РФ».
Контроль за реализацией программы	Программа реализуется путем проведения мероприятий. Внутренний мониторинг проводит администрация техникума. Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.

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 включенными 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.

Введение

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

Сегодня употребление ПАВ среди подростков стало социально приемлемой формой поведения.

Употребление психически активных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку.

Лучшая методика борьбы с употреблением ПАВ - *профилактика*. Ведь как показывает мировая практика, излечить от наркомании удается не более 2-3 процентов заболевших. Очевидно, что добиться сколько-нибудь заметных результатов в решении проблемы наркомании невозможно без организации адекватной профилактической работы. Это осознается 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 ребенка как личности, как субъекта деятельности и как индивидуальности.

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

Для того чтобы работа по сохранению и укреплению состояния здоровья обучающихся дала положительные результаты, необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов, родителей и студентов. 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 техникума, 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 профилактики употребления ПАВ;
- усиление пропаганды здорового образа жизни;
- снижение интереса к ПАВ путем вовлечения обучающихся в досуговую 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

1. Привлечение врачей: терапевта, психолога, нарколога.
2. Привлечение педагогов дополнительного образования.
3. Привлечение педагогов и родителей.
4. Привлечение специалистов системы профилактики.

Механизм реализации программы

Предоставление информации. Информация должна быть достоверной, уместной, с учетом 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 определенной субкультуре).

Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды, акт отчаянья, ответ на определенные нарушения в психологическом и социальном развитии. Сторонники этого подхода считают, что подростки с подобными функциональными расстройствами нуждаются в обретении определенных жизненных навыков, которые позволят им обрести устойчивость к различным негативным социальным влияниям и повысят их индивидуальную компетентность.

Воспитание противодействия 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, занятия творчеством, видами спорта, связанными с риском, разнообразные клубы, кружки по интересам.

Влияние социальной среды и сверстников (работа с семьей 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 ее 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: литературы, физкультуры, истории, ОБЖ, химии, биологии, а также на классных часах, родительских собраниях. Возможно, в рамках развития социального партнерства, привлечение медицинских работников, работников правоохранительных органов и др. заинтересованных людей, распространение информационно-демонстрационного материала пропагандистского характера.

2. Практический блок включает в себя несколько этапов:

2.1. Диагностический. Проведение мониторинга. Основные методы работы на данном этапе: тестирование, анкетирование, интервью. Цель данного этапа – информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление обучающихся «группы риска».

2.2. 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 конференций и круглых столов, посвященных 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 техникуме.
- Проведение семинаров, консультаций.

- Подготовка и издание методических рекомендаций.
- Организация работы волонтеров

Преподаватели:

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

Кураторы, мастера производственного обучения:

- Проведение классных часов, родительских собраний.
- Сотрудничество в области профилактической работы со специалистами.

Педагог - психолог

- Психолого-педагогическое сопровождение программы.

Социальный педагог:

- Профилактика вредных привычек
- Сотрудничество со всеми службами системы профилактики
- Сотрудничество с наркологом
- Привлечение детей «группы риска» к занятиям в объединениях, секциях, мероприятиях ПАВ.

Студенческий совет: проводят социологические опросы, участвуют в мероприятиях по профилактике употребления ПАВ.

Педагог-библиотекарь: обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

Программа представляет собой синтез четырех 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.

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. Вовлеченные обучающихся в профилактические мероприятия.
2. Уменьшение количества несовершеннолетних, употребляющих ПАВ;
3. Уменьшение количества несовершеннолетних, состоящих на учете в ПДН, КДН, внутритехникумовском учете.

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 обучающихся .

Приложение 1

План мероприятий на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Мероприятия	Дата проведения	Ответственные
1	Установочное заседание Совета профилактики	Сентябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог
2	Работа над социальными паспортами групп	Сентябрь	социальный педагог
3	Анкетирование обучающихся, направленное на изучение характера отношения подростков к наркомании	Октябрь	Социальный педагог
4	Анкетирование, направленное на изучение состояния проблемы наркомании, употребления алкоголя, табакокурения в подростковой среде	Октябрь	Социальный педагог
5	Выявление обучающихся и семей, находящихся в социально-опасном положении	Октябрь	Социальный педагог, кураторы, мастера п/о
6	Вовлечение обучающихся в объединения дополнительного образования по интересам	Сентябрь	педагоги доп. образования
7	День здоровья	Сентябрь	Руководитель физ.воспитания
8	Социологический опрос «Будущее за нами»	Ноябрь	Социальный педагог
9	Рейды в социально – неблагополучные семьи	Ежемесячно	Социальный педагог
10	Оформление стендов для обучающихся и родителей: «Уголок здоровья»	1 раз в четверть	Педагог-библиотекарь
11	Лекции, беседы, кл.часы «Мы за здоровый образ жизни»	В течение года	кураторы, мастера п/о
12	Правовой месячник «Профилактика вредных привычек»	Ноябрь	социальный педагог
13	Встречи со специалистами службы системы профилактики	В течение года	Социальный педагог
14	Организация бесед «Профилактика ПАВ»	В течение года	Социальный педагог

15	Просмотр фильмов «Профилактика употребления ПАВ».	В течение года	Социальный педагог
16	Конкурс плакатов антирекламы употребления наркотиков, алкоголя, табака среди обучающихся	Март	Зам. директора по ВР, социальный педагог
17	Организация лекций о социально значимых инфекциях (ВИЧ/СПИД) со специалистами (по согласованию)	Апрель	Социальный педагог
18	Организация лекториев для родителей по проблеме наркомании, алкоголизма и табакокурения	Апрель	Педагог-психолог, соц. педагог
19	Организация спортивных мероприятий	В течение года	Рук. физ. воспитания
20	Участие в межведомственной операции «Подросток»	Май-октябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог
21	Индивидуальная работа с детьми, состоящими на всех видах учета	В течение года	Зам. директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог
22	Цикл тренинговых занятий по профилактике наркомании, употребления алкоголя и табакокурения по группам.	В течение года	Педагог-психолог
23	Итоговое анкетирование, направленное на изучение динамики отношения обучающихся к вредным привычкам.	Май	Педагог-психолог
24	Подведение итогов работы по профилактике наркомании, употребления алкоголя и табакокурения за учебный год. Разработка плана работы на следующий учебный год.	Май	Зам. директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог, рук. физ. воспитания, педагог - библиотекарь

Анкета «Мое отношение к ПАВ»

1. Ваше образовательное учреждение _____

2. Пол: ___М; ___Ж 3. Возраст: 15-16 ___ 17-18 ___

4. Ваше отношение к алкоголю, курению, наркотикам?

<input type="checkbox"/> отрицательное	<input type="checkbox"/> нейтральное	<input type="checkbox"/> положительное
--	--------------------------------------	--

5. Почему Вы курите? _____

6. В твоей компании девушки (юноши) курят?

<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> нет	<input type="checkbox"/> не знаю
-----------------------------	------------------------------	----------------------------------

7. Как ты к этому относишься?

<input type="checkbox"/> положительно	<input type="checkbox"/> безразлично	<input type="checkbox"/> отрицательно	<input type="checkbox"/> другое
---------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------

8. Девушка (юноша), с которой(ым) ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?

<input type="checkbox"/> положительно	<input type="checkbox"/> отрицательно	<input type="checkbox"/> безразлично	<input type="checkbox"/> другое
---------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------

9. Хотел(а) бы ты, чтобы твоя жена (муж) курил(а)?

<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> нет	<input type="checkbox"/> не знаю
-----------------------------	------------------------------	----------------------------------

10. Откуда вы получаете информацию о вреде ПАВ (курения, алкоголя, наркотиков)?

А) не получал Б) от родителей В) в школе	Г) из газет, журналов Д) от друзей	Е) от сотрудников милиции Ж) от наркологов	З) другое (указать) _____
--	---------------------------------------	---	---------------------------

11. После уроков ты посещаешь:

А) курсы Б) спортивную секцию	В) кружки Г) не занимаешься ничем	_____ _____ _____ Д) другое
----------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------

12. Для досуга и активного отдыха обучающихся в вашем техникуме проводят:

А) акции Б) классные часы В) «День здоровья»	Г) «Круглый стол» Д) спортивные соревнования Е) походы	Ж) «День студента» З) ничего не проводят	З) другое (указать) _____ _____ _____
--	--	---	---

13. Как вы считаете, что нужно сделать, чтобы подростки перестали употреблять ПАВ (алкоголь, курение, наркотики)?

<input type="checkbox"/> заниматься спортом <input type="checkbox"/> заниматься любимым делом <input type="checkbox"/> посещать кружки, секции	<input type="checkbox"/> создать отряд правопорядка <input type="checkbox"/> выпускать газету, направленную против вредных привычек	<input type="checkbox"/> Что-то еще (указать) _____ _____ _____ _____
--	--	--

Тематика классных часов по профилактике употребления алкоголя

«Напитки: полезные и вредные для здоровья»

«Чижик-Пыжик. Пьющие дети»

«Детки в пивной клетке»

«Алкоголь и женщина»

Диспут «Влияет ли алкоголизм на будущее?»

«Алкоголь и преступления»

Тематика классных часов по профилактике табакокурения

1. «Почему важно быть здоровым»
2. «Умей организовать досуг»
3. «Безвредного табака не бывает»
4. Ролевая игра «Я против курения»
5. «Женщина и табак»
6. Курильщик- сам себе «могильщик»
7. «Как бросить курить»
8. Затынись и будь «счастлив»

Тематика классных часов по профилактике употребления наркотиков

1. «Прекрасное слово - жизнь!»
2. «Первая проба наркотика - начало полета, в конце которого - падение»
3. Семинар - тренинг «Сумей сказать нет!»
4. «Наркотики: употребление, злоупотребление, болезнь»
5. Тренинг «Профилактиканаркомании в подростковой среде»
6. Круглый стол «Если друг оказался вдруг»
7. Семинар - тренинг «Наркомания»
8. Семинар-тренинг «Мое решение»

Тематика родительских собраний по профилактике употребления ПАВ

- 1.«Роль семьи в формировании здорового образа жизни»
- 2.«Подросток в мире вредных привычек» -
- 3.«Как помочь ребенку сказать «нет» алкоголю и наркотикам»

