

Муниципальное автономное учреждение
«Ишимский городской молодежный «Центр развития»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАУ «Центр развития»

С.В. Рябов

« 12 » января 2023 г.



ПРОГРАММА
«Твой выбор!»

(комплексная программа, направленная на профилактику
употребления психотропных веществ и пропаганду здорового образа жизни
среди несовершеннолетних и их родителей)

Составила: Цыганкова Т.В. ведущий специалист по
социальной работе с молодежью

Нормативные документы: Муниципальная программа
«Антинаркотическая программа города
Ишима на 2022-2024 годы»

Муниципальная программа «Основные
направления развития спорта,
социальной и молодежной политики
города Ишима»

Федеральный закон от 24 июня 1999 г.
N 120-ФЗ "Об основах системы
профилактики безнадзорности и
правонарушений
несовершеннолетних"

Ишим, 2023г.

Теоретическое обоснование программы

Психолого–педагогическая профилактика рассматривается нами как особый способ организации социальной среды среди учащихся, обеспечивающий наркогенную безопасность и формирующий условия для самореализации личности обучающихся.

Город Ишим не находится в стороне от ситуации, связанной с распространением наркотических заболеваний в Тюменской области, и хотя число потребителей наркотиков среди несовершеннолетних, состоящих на учете у врача-нарколога невелико, главным субъектом первичной профилактики мы считаем всех детей.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся является приоритетным направлением в деятельности образовательных учреждений, и работа специалистов по предупреждению злоупотребления ПАВ среди обучающихся с целью формирования здорового образа жизни является главной задачей данной программы, а также реальной помощью в реализации основной задачи, стоящей перед школой.

Имеющиеся многочисленные программы, способствующие организации здорового образа жизни, как правило, не учитывают психолого-педагогические особенности формирования личного отношения ребенка к своему здоровью. Важно не только вооружить ребенка знаниями о сохранении здоровья, но и сформировать у него потребность применения полученных знаний и умений на практике. В образовательной модели необходимо делать гораздо больший акцент на личностных и социальных аспектах, которые зачастую важнее для ребенка, чем факторы, связанные с возможным будущим заболеванием.

Опираясь на результаты социологического опроса, можно сказать, что проблема сохранения своего здоровья, здорового образа жизни, профилактики злоупотребления ПАВ актуальна и для наших школ. Анкетирование, проведенное нами, делает для специалистов центра осмысленным показатель для дальнейшей работы - наркогенная ситуация, отношение учащихся к своему здоровью, получает свое лицо и выражение на уровне семьи, школы и нашего города, а это дает правильное направление в элементах первичной профилактики наркомании. На уровне муниципального образования города Ишима, где тесно переплетаются интересы и ценности отдельных граждан, семьи, школы; на уровне, где сталкиваются пути ребенка и мелкого наркоторговца, ценности здорового образа жизни без психоактивных веществ и ценности пронаркотической субкультуры, проводимые через двор, улицу, через досуг детей - приводят нас к необходимости создания программы, противодействующей распространяемому злу. Поэтому считаем, что хорошей почвой для этой работы является организованное и структурированное пространство

школы, учреждения дополнительного образования, где обучаются наши дети, будущее нашей страны.

Основная цель психолого-педагогической профилактики заключается в *формировании негативного отношения к наркотизации через воспитание у учащихся мотивации здорового образа жизни, развитие навыков социальной адаптации.*

Каждое образовательное учреждение обладает рядом уникальных возможностей для проведения работы по первичной профилактике злоупотребления психоактивными веществами. Школы располагают квалифицированными специалистами, способными обеспечить эффективную профилактическую работу в данном направлении.

Программа **«Твой выбор!»** создана для организации психопрофилактической, развивающей и просветительской работы обучающимися образовательных учреждений в области профилактики злоупотребления ПАВ.

Психолого – педагогические формы и методы, применяемые в данной программе позволяют на уровне реальной профилактической работы сформулировать и по-новому донести до детей ценности психического здоровья и здоровья вообще, ценности активного деятельного образа жизни, ценности, направленные на сохранение и приумножение здоровья.

Главная задача, выдвигаемая в *концепции* программы – предупреждение употребления учащимися и молодежью ПАВ (табака, алкоголя, наркотиков), формирование здорового жизненного стиля, формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у ребенка активного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема ПАВ.

Концепция данной программы создана на основе изучения о защитных факторах, то есть таких условиях, которые препятствуют злоупотреблению психоактивными веществами. В качестве ведущего фактора, способствующего отказу человека от употребления ПАВ, выступает **эмоциональная устойчивость**. Приоритетная задача - научить ребенка регулировать эмоциональное состояние, переходить из одной модальности в другую, не прибегая к формам саморазрушающего поведения. В соответствии с Концепцией профилактики злоупотребления ПАВ по отношению к наркотизации является **гармоничное развитие личности**, т.к. гармонично развитая личность не нуждается в приеме психоактивных веществ для удовлетворения своих насущных потребностей. Уходу в наркотизацию противопоставляется самореализация личности в обществе, раскрытие ее потенциальных возможностей в социально - приемлемом русле. Высокий созидательный потенциал личности выступает в качестве защитного фактора по отношению к приобщению к психоактивным веществам. Наличие антинаркогенной установки у учащихся, ориентированность на здоровый образ жизни, владение навыками

безопасного поведения в ситуации столкновения с ПАВ, социальная компетентность - все это также является индивидуально-психологическими факторами защиты от злоупотребления ПАВ и положено в основу программы «**Твой выбор!**».

Разработанная **Программа** с учетом вышеизложенных подходов к профилактике злоупотребления ПАВ представляет собой систему обучения здоровому жизненному стилю, направленную на развитие эмоциональной сферы, развитие рефлексии чувств, формирование активной социальной позиции учащихся, на формирование у детей умения преодолевать жизненные трудности, справляться со стрессом без применения отклоняющихся форм поведения, в дальнейшем без употребления ПАВ. Структура программы разработана с учетом возрастных, индивидуально - личностных особенностей учащихся.

Цель программы:

1. Повышение уровня социально – психологической компетентности учащихся и развитие их способности эффективно взаимодействовать с окружающими.
2. Формирование и развитие антинаркотических установок у учащихся как внутриличностных механизмов, обеспечивающих реализацию поведения в рамках здорового и безопасного образа жизни.

Задачи программы:

- Формирование и развитие у школьников образовательных учреждений стратегий и навыков поведения, ведущих к здоровью и препятствующих злоупотреблению ПАВ.
- Формирование у учащихся конструктивных навыков взаимодействия:
 - умение безопасно и конструктивно общаться;
 - умение понимать и выражать свои чувства;
 - умение противостоять давлению, побуждающему к приему ПАВ.
- Способствовать выработке у учащихся защитных личных качеств: уверенности в себе, честности, открытости.

Предлагаемая программа способствует:

1. Формированию у учащихся устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.
2. Способности дифференцировать свои эмоциональные состояния и распознавать эмоциональные состояния окружающих.
3. Умению регулировать эмоциональное состояние и контролировать свое поведение.
4. Развитию коммуникативных навыков учащихся.

Формы и методы работы, используемые в Программе:

1. Игровые методы.
2. Ролевые игры.

3. Дискуссии.
4. Рисуночные методы.
5. Моделирование ситуаций поведения.
6. Элементы социально – психологического тренинга.
7. Психогимнастика.
8. Метод направленного воображения.
9. Элементы сказкотерапии.
10. Беседа.
11. Визуализация.
12. Элементы драматизации.
13. Методы психодиагностики.

Программа построена на принципах:

- комплексность
- системность
- целостность
- динамичность (повторяемость)
- методическое единство
- наличие обратной связи
- доступность

Цикл основных мероприятий

№ п/п	Наименование мероприятие	Форма проведения
1.	«Сам себе я помогу и здоровье сберегу»	мероприятие с элементами сказкотерапии
2.	«Скажи "НЕТ!" - опасным людям»	профилактическое тренинговое мероприятие
3.	«Энциклопедия витаминов»	беседа
4.	«Алкоголь – враг здоровья: к Всемирному Дню здоровья»	мероприятие с элементами видеолектория
5.	«Мы - против курения: к Всемирному Дню борьбы с табакокурением»	дискуссия
6.	«Пристрастие, уносящее жизнь: к Международному Дню борьбы с наркоманией»	мероприятие с элементами видеолектория
7.	«Алкоголизм – дорога в бездну: ко Дню Трезвости и борьбы с алкоголизмом»	ролевая игра
8.	«Помогите Вашему ребенку сказать «Нет»: советы родителям	мероприятие для родителей
9.	«Здоровому все здорово»	игровое мероприятие
10.	«Наркотики и алкоголь. Современные пороки человечества»	дискуссия
11.	«Твоя жизнь - в твоих руках!»	беседа
12.	«Стоп СПАЙС!»	информационный час
13.	«Алкоголь – враг здоровья»	видеоурок
14.	«Скажи наркотикам – «НЕТ!»	мероприятие с элементами ролевой игры
15.	"Формула здоровья"	беседа
16.	Нравственность в семье	мероприятие для родителей
17.	«Электронная сигарета»	беседа
18.	Пропаганда ЗОЖ	игровой урок
19.	«Меня это не касается»	мероприятие для родительской общестственности
20.	«Что такое здоровье?»	мероприятие с рисуночными приемами
21.	«Азбука здоровья»	мероприятие с элементами видеолектория