

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с.Бурен-Хем  
Каа-Хемского района Республики Тыва

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
Протокол №1 от 31.08.2023



«ПРИНЯТО И УТВЕРЖДЕНО»  
Приказом №9/3 от 31.08.2023  
Директор \_\_\_\_\_ / Биткей А.А./

**Программа по профилактике вредных привычек  
«Мы за здоровый образ жизни»**

Бурен-Хем 2023

---

## Пояснительная записка

Целями первичной профилактической деятельности по предупреждению злоупотребления ПАВ являются: изменение ценностного отношения детей к ПАВ, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции; сдерживание вовлечения детей в прием ПАВ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений. Образовательная профилактическая программа «Мы за здоровый образ жизни без наркотиков, без никотина, без алкоголя» предполагает реализацию целей первичной профилактики в образовательном учреждении.

В настоящее время злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами приняло характер эпидемии. По данным Всемирной организации здравоохранения, суммарное количество больных с заболеваниями, вызванными приемом различных психоактивных веществ, за исключением курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек. В последнее десятилетие для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Сегодня проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, т.е. практически каждого пятого жителя страны. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, потребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня и дальнейшее нарастание существующих тенденций может вызвать необратимые последствия.

Происходит неуклонное “омоложение” наркомании. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами и больных наркоманией, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий наркомании. Это возросшая в 7-11 раз смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, а так же сопутствующих наркомании болезней: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов, венерических болезней, туберкулеза и других заболеваний. За последние 10 лет число смертей от наркотиков среди детей увеличилось в 42 раза, причем в 65 % случаев причиной смерти является передозировка. Наркоманию называют “комплексным социально-психофизиологическим расстройством”. Данная проблема не терпит узковедомственного подхода. Она разрешима только при участии заинтересованных ведомств и широкого круга общественных организаций. Особое внимание должно уделяться обеспечению эффективного межведомственного взаимодействия в решении проблем профилактики наркомании. Работа по первичной профилактике и максимально раннему выявлению наркомании среди учащихся школ будет эффективна, если в ней будут принимать посильное участие те, кто непосредственно отвечает за их воспитание и нравственное развитие: родители, педагоги, классные руководители, воспитатели, психологи, врачи, сотрудники органов внутренних дел.

Конечно, семья остается главным “щитом”, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости от психоактивных веществ остается учитель. Именно он знает о насущных проблемах ребенка, именно в школе существует реальная возможность осуществления целенаправленного и систематического привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроля за их усвоением; влияние на уровень притязаний и

самооценку учащихся; свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации; возможность привлечения специалистов по профилактике.

С учетом актуальности данной проблемы профилактическая программа «Мы за здоровый образ жизни без наркотиков, без никотина, без алкоголя» разработана для того, чтобы попытаться решить проблему роста употребления психоактивных веществ детьми через самопознание, самовоспитания, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработку навыков здорового образа жизни.

И на осуществление этой идеи должны быть направлены все имеющиеся в школе ресурсы и возможности – техническое оснащение, работа с родителями, повышение квалификации персонала школы по проблеме ПАВ, поддержка программы специализированными органами.

### **Обоснование проблемы на региональном и муниципальном уровнях**

В последние годы в нашей стране сложилась тревожная ситуация со злоупотреблением алкоголя и наркотиков, особенно в молодежной среде. Мы не можем молчать, когда речь идет о деградации нашего общества.

Выбирая тему своей программы, мы проработали много литературы по проблеме алкоголизма. Врачи, демографы, ученые бьют тревогу: Россия вымирает! В условиях нынешней демографической ситуации и распространения вредных привычек среди населения такой страны, как Россия, может не стать через 50 лет!

Из года в год количество россиян, употребляющих алкоголь и наркотики, растет. Кроме того, наркомания «молодеет». Статистика свидетельствует, что в России средний возраст начала употребления алкоголя, наркотиков снизился до 12,5 лет.

По данным Всемирной организации здравоохранения, показатель смертности от разных причин у лиц, даже умеренно потребляющих алкоголь, в 3–4 раза превышает аналогичный показатель для населения в целом. Средняя продолжительность жизни у пьющих людей не превышает обычно 55–57 лет.

Возникающие при опьянении нарушения равновесия, внимания, ясности восприятия окружающего, координации движений часто становятся причиной несчастных случаев.

По данным статистики до 30% поступающих в больницы с тяжелыми травмами составляют люди, находящиеся в состоянии опьянения.

В нашей школе негативное отношение к вредным привычкам проявляется не только в теоретическом материале для классных часов и общешкольных мероприятий, но и в проведении месячника «Мы за здоровый образ жизни», туристических походов, экскурсий по святым местам города, района, области и России, безалкогольных выпускных вечеров.

Педагоги школы обеспокоены ситуацией, связанной с увеличением неблагополучных и неполных семей. Иногда причиной неблагополучия в семье, разрыва семейных отношений становится алкоголь.

Исходя из выше сказанного, социально-психологическая служба школы считает необходимым продолжить использование программы по профилактике вредных привычек в своей работе с учащимися в целях предупреждения никотиновой, наркотической, алкогольной зависимости, искоренения сквернословия, пропаганды здорового образа жизни.

## Целевая группа

Инициатором создания целевой группы является социально-психологическая служба МБОУ СОШ с.Бурен-Хем

## Схема взаимодействия социально-психологической службы



## Принципы, на которых основана работа социально-психологической службы школы:

- безусловной ценностью признается каждый человек;
- любое психологическое качество или свойство человека может быть принято как ресурс его развития;
- всякое психологическое затруднение не есть негативное качество или свойство человека, а есть состояние недостатка какого-то ресурса;
- всякое педагогическое и психологическое воздействие производится под знаком заботы о личном росте или же с сохранением перспективы роста каждого, кто попадает в сферу влияния службы.

## Профилактическая программа охватывает учеников 1–11-х классов

| Направления профилактики             |                              |   |   |                        |
|--------------------------------------|------------------------------|---|---|------------------------|
| Административно-правовое             | Информационно-педагогическое | Социально-педагогическое                            | Психолого-педагогическое                      | Медико-психологическое |
| Инспектор ПДН<br>Администрация школы | СМИ                          | Классный руководитель<br>Органы опеки<br>Соцпедагог | Врачи<br>Психологи<br>ЦД и К<br>Психоневролог | Психологи<br>Педагоги  |

### **Модель управления профилактики вредных привычек**



Взаимоотношения в целевой группе основаны на профессиональном росте участников и личных взаимоотношениях.

### **Концептуальная идея программы**

Профилактика наркомании, а также других вредных привычек через пропаганду здорового образа жизни.

### **Задачи программы:**

1. Выработка активной жизненной позиции.
2. Организация творческого и здорового досуга школьников.
3. Работа над развитием этических норм поведения детей.
4. Формирования психологического климата в социальном окружении ребенка.
5. Оказание помощи детям «группы риска».

### **Методы работы в рамках программы по профилактике вредных привычек**

(В программу включены словесные, практические и наглядные методы):

1. Лекции.
2. Беседы.
3. Урок-суд.
4. Социальный опрос.
5. Тестирование.
6. Педагогические консилиумы.
7. Психолого-педагогические семинары.
8. Конференция.
9. Мозговой штурм.
10. Семинары-практикумы.
11. Просмотр кинофильмов.
12. Встречи с интересными людьми.
13. Конкурсы рисунков, выпуск стенгазет (по данной теме).

14. Участие в городских акциях.
15. Семейное консультирование.

Социально-психологическая служба считает основными направлениями своей деятельности по предупреждению развития вредных привычек у школьников следующие:

### **I. Формирование навыков правовой культуры и воспитание ответственности граждан в российском обществе**

- 1) Разъяснение правовых последствий употребления ПАВ.
- 2) Встречи с работниками правоохранительных органов.
- 3) Знакомство со ст. 228–232 Уголовного кодекса РФ об ответственности за изготовление, приобретение, хранение, перевозку и пересылку наркотических веществ.
- 4) Знакомство с приказом «О запрещении курения на территории школы», который издан на основании Закона об ограничении табакокурения в РФ.

### **II. Работа лекторской группы школы по формированию правильной жизненной позиции подростков**

- 1) Многоликое «Я» в коллективе.
- 2) Правила общения в коллективе.
- 3) Здоровье физическое и духовное.
- 4) У истоков истории: традиции, обряды, обычаи.
- 5) Красота спасет мир?
- 6) Влияние психотропных веществ на организм подростка.
- 7) Стресс и его воздействие на человека.
- 8) Роль самовоспитания в формировании активной жизненной позиции.

### **III. Организация деятельности по пропаганде здорового образа жизни.**

#### **Реализация программы по профилактике вредных привычек**

| <b>Дата проведения</b>                | <b>Участники</b> | <b>Содержание работы</b>  | <b>Ответственный</b>                                       |
|---------------------------------------|------------------|---|--|
| <b>Оформление стенгазет, плакатов</b> |                  |   |  |
| Сентябрь                              | 1-4              | 1. Конкурс рисунков на асфальте «Мы за здоровый образ жизни»  | Соц.педагог  |
| Ноябрь                                | 5-11             | 2.Выставка рисунков и плакатов «Мы за ЗОЖ»  | Психолог   |
| Декабрь                               | 1-11             | 3.Конкурс плакатов « Мы за здоровое питание»  | Классные рук.<br>Соц. педагог                              |
| Апрель                                | 5-7              | 4. «Я выбираю здоровый образ жизни»   | Учитель рисования<br>Учитель                               |
| В течение года                        | 5-11             | 5. «Сквернословию – НЕТ!»<br>6. «Жизнь без СПИДа»<br>7. Выставка книг по антитабачной пропаганде, по культуре речи<br>8. Фотогазета «Мы вместе» | физкультуры<br>Библиотекарь<br>Учитель ОБЖ<br>Соц. педагог |

| <b>Циклы классных часов и бесед.</b>                          |                                      |  |  |
|---|--------------------------------------|--|--|
| В течение года  | 8–11 кл.<br><br>5–9 кл.<br><br>9 кл. | 1. «Женщины, девушки, девочки – будущие матери»<br>2. «О грезе сквернословия»<br>3. Детская преступность в республике и районе»<br>4. «Полезные привычки»<br>5. «Правовая сторона последствий употребления психотропных веществ» | Медработник<br>Гинеколог<br><br>Инспектор ПДН<br>Медсестра<br>Соц. педагог       |
| сентябрь  | 1-11                                 | Составление социальных паспортов школы и классов с целью получения необходимой информации о детях, обучающихся в школе   | Соц. педагог   |
| октябрь   | 11                                   | Встречи с представителями СУЗов и ВУЗов республики.  | Классные руководители  |
| Ноябрь  | 9–11-е кл.                           | Встречи родителей с общественностью (представители КДН, МО МВД России, ЦНЗ, Районной администрации по вопросу профилактики правонарушений)   | Нарколог<br><br>Соц. педагог   |
| 18 ноября   | 5–11-е кл.                           | Акция «Здоровье – это жизнь»<br><br>Молодежная акция «Табак – здоровью враг!»<br><br>Международный день отказа от курения.   | Выступления волонтеров по классам<br><br>Социальный педагог<br>Педагог -психолог |
| декабрь   |                                      | Час общения « Учись говорить нет»  |  |
| <b>Анкетирование, диагностирование, индивидуальная работа</b> |                                      |  |  |
| Октябрь   | 1, 5, 10–11 кл.                      | Диагностика обучающихся (изучение проблемы в эмоциональной сфере, склонностей к вредным привычкам, выявление среди обучающихся «группы риска»)   | Соц. Педагог, классные руководители  |
| Январь  | 1-4 кл                               | Профилактическое занятие «Полезные привычки»   | Классные руководители  |
| Ноябрь  | 9–11 кл.                             | Анкетирование «Я против того, чтобы мои друзья принимали наркотики»  | Замдиректора по ВР, соц. педагог   |
| В течение года  | 1–11 кл.                             | Индивидуальное, групповое, семейное консультирование (дети, родители, педагоги)  | Психолог, соц. педагог   |
| В течение года  | 5–11 кл.                             | Коррекционно-развивающие занятия с обучающимися, имеющими  | Психолог, логопед  |

|                                     |          |   |  |
|-------------------------------------|----------|---|--|
|                                     |          | проблемы в эмоционально-волевой сфере общения   |  |
| <b>Экскурсии, спортивная работа</b> |          |   |  |
| В течение года                      | 1–11 кл. | Дни здоровья «Мы против наркотиков», «Мы выбираем здоровый образ жизни»   | Учителя физкультуры, учитель ОБЖ                 |
| В течение года                      | 5–11 кл. | Участие в походах, экскурсиях по родному краю.  | Учителя физкультуры<br>Классные руководители     |
| В течение года                      | 1-11     | Участие в районных соревнованиях «Президентские спортивные игры», по разным видам спорта по плану спортивных мероприятий<br><br>Участие во Всероссийском Дне бега «Кросс Наций»<br><br>«Папа, мама, я – спортивная семья»<br><br>Акция «Спорт –альтернатива пагубным привычкам»<br><br>«Лыжня России» | Учителя физкультуры<br><br>Классные руководители |
| <b>Родительские собрания</b>        |          |   |  |
| Март                                | 1-11 кл. | «Как уберечь вашего ребенка от наркотиков»  | Соц. педагог, классные руководители              |
| Апрель                              | 1-11 кл. | «Организация досуга во время летних каникул»  | Соц. педагог                                     |
| 1 раз в четверть                    |          | Заседания «Совета профилактики»   | Замдиректора по ВР, психолог, соц. педагог       |
| Октябрь                             | 1–11 кл. | «Роль семьи в профилактике вредных привычек и правонарушений »  | Кл. руководители, соц. педагог                   |
| <b>Другие формы работы</b>          |          |   |  |
| В течение года                      | 1-11 кл. | Просмотр видеофильмов по профилактике вредных привычек: «Дымок сигареты», «У последней черты», «На острие иглы» и т.д.  | Соц. педагог, кл. руководители                   |

|                |           |   |   |
|----------------|-----------|---|---|
| В течение года | 1-11 кл . | Рейды в неблагополучные семьи и семьи «трудных подростков | Соц. педагог, кл. руководители, инспектор ПДН |
| Апрель         |           | Районное мероприятие «ЗОЖ-это стильно»                    | Весь коллектив                                |

### **Организационные структуры и их взаимодействие в рамках реализации программы**

Управление образования администрации Каа-Хемского района, ЦДТ, ДСШ, ДШИ, библиотеки, краеведческий музей, Управление социальной защита, Центр занятости населения, поликлиника.

### **Планируемые результаты**

1. Готовность ведения здорового образа жизни.
2. Занятость детей во внеурочное время (кружки, секции и т. д.).
3. Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья школьников.
4. Создание условий урочной и внеурочной деятельности без стрессовых ситуаций является благодатной основой для красивого культурного выражения мыслей без гневных всплесков, которые, как правило, сопровождаются ненормативной лексикой.
5. Развития у учащихся умений и навыков активной защиты от вовлечения в алкогольную, никотиновую, наркотическую зависимость.
6. Улучшение качества образования за счет повышения уровня здоровья.

### **Этапы и сроки реализации программы**

#### **«Мы за здоровый образ жизни»**

1 этап -проектированный (сентябрь – октябрь 2022г)

В ходе которого планируется работа по профилактике наркомании, никотина, алкоголя составляется программа работы; определяется концептуальные положения и диагностические средства для мониторинга.

2.этап – практический ( ноябрь 2022 –апрель 2024 г)

В ходе которого происходит реализация программы ;проведение мониторинга развития личности и формирование стремления к здоровому образу жизни.

3. этап – обобщающий (до мая-сентября 2025)

В ходе которого необходимо обобщить опыт работы администрации, педагогов , родителей и учащихся школы по реализации программы « МЫ за здоровый образ жизни»