

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
(ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 8 от 30.08.2018 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга

С.А.Тихашин
Приказ № 80 от 31.08.2018 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ
«ПРОГРАММА ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ»**

Возраст детей 14-16 лет

Разработчик программы:

педагог-психолог,

Сысоев Евгений Андреевич

Тихашин Сергей Анатольевич

Санкт-Петербург

2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) профилактическая программа первичной профилактики употребления пав имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность программы:

Выработка у подрастающего поколения устойчивости к употреблению ПАВ требует пристального внимания педагогов и педагогической науки, поскольку общество остро нуждается в работе по ограждению детей, подростков, юношества от пагубного влияния психоактивных веществ. При этом профилактика среди школьников должна быть неотъемлемой частью всей системы воспитания и обеспечивать решение и общих задач воспитания.

Важнейшим в профилактической работе является:

- а) обучать школьников умению противостоять жизненным трудностям и конфликтным ситуациям;
- б) формировать у школьников отрицательного отношения к психоактивным веществам и последствиям их употребления.

На этой основе становится возможной способность противостоять психоактивному воздействию микросреды, в том числе умение отказаться от предложений испытать на себе действие того или иного вещества.

Научная обоснованность:

Изучение современных подходов к профилактике наркозависимости и анализ результативности профилактической работы в образовательных учреждениях позволил выявить основные направления совершенствования этой работы. Первым обязательным условием является формирование ценностных ориентации с приоритетом ценности здоровья. Следующим звеном должна явиться мотивация здорового образа жизни. Здоровый образ жизни в нашем понимании — это максимальное количество биологически и социально целесообразных форм и способов жизнедеятельности, адекватных потребностям и возможностям человека, осознанно реализуемых им, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья, способность к продлению рода и достижению активного долголетия. В формировании мотивации фундаментом является система научных знаний о здоровье и факторах, его обуславливающих. Реализация сформированной мотивации возможна при условии применения волевых усилий, подкрепляемых достижениями, доступными самоконтролю и коррекции. Формирование здоровья — непрерывный процесс, осуществляемый по формуле «каждый день всю жизнь», основанный на удовлетворении истинных потребностей, ведущих к самоактуализации.

В наше время подростку предоставляется широкий выбор возможностей идти по пути здоровья или свернуть на короткую тропу губительных привычек.

Отказ от употребления ПАВ является определенным процессом. Как правило, он начинается с изменения отношения учащихся к ПАВ. Также отказ от употребления ПАВ является одним из самых важных отдельно взятых изменений в жизни людей, которое может положительно повлиять на здоровье подростков и оградить от дальнейшего употребления психоактивных веществ. Для зависимых от употребления ПАВ людей эта привычка несет защитно-эмоциональную функцию. Поэтому для наиболее эффективного преодоления психозависимости важно выбрать благоприятный период для подростка. В противном случае его необходимо научить способам саморегуляции, чтобы снимать напряжение при сложных жизненных ситуациях, а также гасить импульс к употреблению ПАВ. Повышение самооценки, умение справляться со стрессом и отрицательными эмоциями помогут принимать рациональные решения, а также уменьшить потребность употребления ПАВ в тяжелых жизненных ситуациях.

Адресат:

Группа подростков 14-16 лет, их родители (законные представители), педагоги образовательных учреждений.

Цель:

Формирование уверенной в себе личности, уважающей себя и других, умеющей анализировать и контролировать ситуацию и своё поведение, осознающей ответственность за своё здоровье.

Задачи:

1. Сообщение новой информации.
2. Формирование заинтересованного отношения к теме здоровья.
3. Формирование поведенческих навыков ответственного отношения к своему здоровью.

Планируемые результаты программы:

1. Содействие в формировании адекватного мировоззрения.
2. Обучение самостоятельному определению своих проблем и выбору эффективных мер по ее решению.
3. Содействие позитивному, качественному усвоению социальных норм.

Реализация программы проходит с учетом учебно-тематического плана по программе.

Программа состоит из нескольких блоков и этапов:

1. Личностный блок: его задачами является знакомство со своим внутренним миром, формирование стремления к самопознанию, знакомство с особенностями своей личности и личности другого человека, принятие своих качеств и качеств других людей.

2. Эмоциональный блок: его задачами – расширение знаний участников о чувствах и эмоциях, развитие способности принятия эмоций, умения отреагировать, выражать свои чувства и эмоциональные реакции, повышение эмоциональной зрелости в целом.
3. Коммуникативный блок: его задачами является формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссу, аргументировать и отстаивать свои позиции (блок построен по принципу работы Т- группы).
4. Информационный блок: его задачами является информирование участников программы.
5. Диагностический блок: его задачами является диагностика взаимоотношений участников программы, их личностных особенностей.

Этапы программы:

Первый этап делится на следующие фазы: определение социальных проблем, выявление их причин, составление социального и психологического портрета подростков, выявления ресурсов, определение пути решения социальной проблемы.

Второй этап. Подготовительный.

Цель этапа – организация и проведение предварительной информационно-просветительской и обучающей работы с детьми.

Второй этап делится на следующие фазы: организация и проведение информационно-просветительской работы с учащимися.

Третий этап. Организационный.

Цель этапа - постановка целей и задач работы. Третий этап делится на следующие фазы: определение целей и задач работы, выбор информационного носителя, работа с мотивацией, определение ожидания работы членов группы.

Четвертый этап. Основной

Реализация программы: программа рассчитана на работу в группах, каждое занятие длится по 2 академических часа. Для детей (60 часов).

Периодичность – 2 раза в неделю.

Пятый этап. Мониторинг эффективности

4. Проведение мониторинга эффективности. Оценка формирования адекватного мировоззрения.

5. Оценка позитивного, качественного усвоения социальных норм.

Конспекты занятий прописаны в книге:

Тихашина С.А., Тимофеевой О.М. «Программа первичной профилактики употребления психоактивных веществ». – СПб, 2009

Учебно-тематический план по программе

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе:	
			Теоретическая часть	Практическая часть
1	Знакомство с программой. Входная диагностика	2	1	1
2	Я и другие, я и мир	2	1	1
3	Я и природа	2	1	1
4	Понятие времени. Режим дня	2	1	1
5	Понятие здоровья	2	1	1
6	Моя семья. Понятие семьи. Взаимоотношения детей и родителей.	4	1	3
7	Полоролевая идентификация	2	1	1
8	Что такое дружба. Что такое любовь.	2	1	1
9	Я и мои чувства	10	4	6
10	Стресс и проблеморазрешающее поведение	2	1	1
11	Ценности и потребности	2	1	1
12	Посеешь привычку – пожнешь характер	2	1	1
13	Понятие личности	4	2	2
14	Современная молодежная субкультура	2	1	1
15	Понятие зависимости и созависимости	2	1	1
16	Почему люди курят и употребляют спиртные напитки	2	1	1
17	Понятие наркомании	4	2	2
18	Тренинг коммуникативных навыков	6	1	5
19	Тренинг уверенности в себе	4	1	3
20	Заключительное занятие. Итоговая диагностика	2	1	1

всего: 60 часов.

Календарный учебный график

Возраст учащихся	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
14-16 лет	Сентябрь	Май	33	60	Групповые занятия

Учебно-методический комплекс программы:

Для проведения занятий необходим специально оборудованный кабинет, в котором представлены разнообразные материалы для творческого самовыражения. Важно, чтобы у каждого участника был полный индивидуальный набор всего необходимого для работы. Пространство кабинета должно быть достаточно большим для того, чтобы оно могло быть организовано в соответствии с требованиями проведения групповой работы. Отбор детей в группу производится по результатам предварительного консультирования родителей и индивидуальной диагностики ребенка. Методические пособия, листы бумаги А4, фломастеры, мелки, цветные и простые карандаши, краски, материалы для творческой работы (пластилин, цветная бумага, цветной картон и т.д.)

Результативность программы оценивается с помощью следующих методов:

- Рисуночные тесты (позитивная цветовая и смысловая динамика)
- Наблюдение
- Анкета обратной связи

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Фонд «Здоровье и развитие», «Всё, что тебя касается», 2010
2. Николаева Л.П., Д.В. Колесов «Уроки профилактики наркомании в школе». – М.: МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2011
3. Тихашин С.А., Тимофеева О.М. «Программа первичной профилактики употребления психоактивных веществ». – СПб, 2009
4. Цыганкова Н.И. «Опыт работы по профилактике, психолого-педагогической коррекции и реабилитации наркозависимости в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга». – СПб.: СПбАППО, 2011.