

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 3 г. Киренска»**

666702, Иркутская область, г. Киренск, ул. Репина стр.4
тел 8 (395 68) 3-21-70, e-mail: sch3@38kir.ru

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Средняя общеобразовательная
школа № 3 г. Киренска»
Тюрнева Н.В.
« 22 » 02 2025 г.



**Рабочая программа
по профилактике аддиктивного поведения школьников
(6-11 классы)**

Составитель: учитель
высшей квалификационной категории
Е.А. Тарасова

Киренск -2025

Структура документа

Рабочая программа включает семь разделов: пояснительную записку, основное содержание тем учебного курса, учебно-тематический план, календарно-тематический план, требования к уровню подготовки обучающихся, критерии и нормы оценки знаний обучающихся, учебно-методические средства обучения.

Общая характеристика предмета

В настоящее время проблема распространения алкоголизма, наркомании в среде детей и подростков - одна из острейших проблем современного российского общества.

Анализ показателей официальной медицинской статистики говорит о продолжающемся активном вовлечении значительной части детей и подростков в незаконное употребление наркотиков и других ПАВ.

Хорошо известно, какие необратимые последствия для физического развития подростка может иметь употребление психоактивных средств в период интенсивного роста организма. Но не менее серьезную травму употребление таких веществ наносит личности растущего организма. В результате, у человека возникает аморальная система мотивов поведения и ценностей. Поэтому не могут не тревожить данные статистики: за последние годы количество учащихся с аддитивным поведением возросло в 6-8 раз. Отсюда следует, что требуются безотлагательные меры, чтобы предотвратить дальнейшую эскалацию одурманивания подростков. Общеизвестно, что предупреждение любых недугов гораздо эффективнее, нежели лечение запущенной болезни. Как было уже сказано, одним из этапов профилактики аддитивного поведения является диагностика предрасположенности подростка к употреблению одурманивающих веществ.

Одним из главных методов в борьбе с аддиктивностью является профилактика, которая определяется как система комплексных государственных и общественных, социально-экономических и медико-санитарных, психолого-педагогических и психогигиенических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний, на всемерное укрепление здоровья.

Выделяют первичную профилактику, которая направлена на предотвращение употребления психоактивных веществ; вторичную, направленную на выявление подростков, начавших употреблять психоактивные вещества; третичную, цель которой - оказание помощи лицам, страдающим алкоголизмом и наркоманией, с целью предупреждения дальнейшего распада личности.

Начало аддиктивного процесса характеризуется возникновением понимания, что существует определенный способ, вид активности, с помощью которого можно сравнительно легко изменить свое психическое состояние. Естественно, что люди, испытывающие трудности, стрессы, люди, недовольные собой и окружающим миром, легче и быстрее становятся на путь аддикции, особенно при отсутствии поддержки со стороны друзей и близких. Особенность аддикции, как нередко отмечается, - в постепенном разрыве контактов с людьми, в нарушении межличностных отношений. В естественном, неаддиктивном поведении человек, попавший в трудную ситуацию, ищет поддержки не в фиксации на каких-то суррогатах, а в межличностном общении. Это общение включает первым делом круг своей семьи, друзей и знакомых. От многих из них идет «заряд положительной энергии» в виде теплого участливого отношения, заботы, сопереживания.

Эмоциональная поддержка, поддержка словом способствует улучшению настроения, стимулирует оптимизм, улучшает самочувствие, повышает самооценку. Это взаимообогащающий процесс, от которого выигрывают все его участники. Особенно важно подчеркнуть, что в процессе общения включаются, начинают функционировать ранее скрытые потенциальные возможности: человек начинает лучше понимать себя и других людей, нередко в нем пробуждается способность к творческому подходу – стремление постигать новое, найти способ продуктивного самовыражения. Большое значение имеют контакты с товарищами по работе, участие в различных секциях, кружках, а также психологических тренингах, где возможно отвлечение, сочетаемое с каким-то видом полезной деятельности, общение в группе. Все это противостоит, противоречит аддиктивным взглядам, подходам и может быть полезным для людей, оказавшимся в начале

аддиктивного пути. Чем раньше после начала развития аддикции человеку будет оказана помощь, тем вероятнее возможность остановки этого болезненного процесса.

Аддиктам (в том числе начинающим), чаще всего, присущи следующие личностные особенности: 1) сниженная переносимость трудностей повседневной жизни, наряду с хорошей переносимостью кризисных ситуаций; 2) скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне проявляемым превосходством; 3) внешняя социабельность, сочетаемая со страхом перед стойкими социальными контактами; 4) стремление говорить неправду; 5) стремление обвинять других, зная, что они невиновны; 6) стремление уходить от ответственности в принятии решений; 7) стереотипность, повторяемость поведения; 8) зависимость; 9) тревожность. Очевидно, что борьба с этими проявлениями аддиктивного поведения, их предупреждение - являются важными элементами психопрофилактической работы с подростками.

Групповые занятия предлагаемой программы ориентированы на обучающихся старших классов. Целесообразность выделения данной категории учащихся мотивирована в первую очередь их психологическими особенностями. Так, например, обучающиеся весьма неохотно принимают участие в ролевых играх. Практически всегда на занятиях присутствует значительное количество детей, предпочитающих либо «отсиживаться», либо ждущих конкретные, целевые указания от ведущего (ведущих). По этой причине всегда довольно тяжело проходит обсуждение в группе, в котором требуется что-то обобщить, подытожить. При составлении данной программы мы постарались учесть эти особенности. В целом представляется целесообразным организовать такие формы работы с подростками, в рамках которых они могли бы не только делиться друг с другом собственными соображениями, но и получать дополнительную информацию о человеке и его жизни, приобретать новый, более эффективный опыт в общении с собой и другими людьми. Важно, чтобы подростки приобрели опыт организации своего собственного досуга, развития своих интересов, способностей, личностных возможностей. Особым образом организованное взаимодействие в группе при участии взрослого помогает подросткам осознать себя, свои ценности и сопоставить их с духовными и общественными ценностями, определить и сформировать свое отношение к творческой полноценной жизни человека как к цели, к которой надо стремиться.

Цель программы - формирование целостной системы воспитания и образования детей и подростков в современных условиях, направленной на развитие у несовершеннолетних антинаркотических установок, как внутриличностных регуляционных механизмов, обеспечивающих реализацию поведения в рамках здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

1. Создание условий, препятствующих возникновению и распространению вредных привычек.
2. Пропаганда здорового образа жизни.
3. Выявление трудностей и проблем, конфликтных ситуаций, отклонений в поведении и оказание своевременной социальной помощи и поддержки несовершеннолетним.
4. Развитие у подростков навыков конструктивного поведения, способствующих их адаптации, социальной интеграции, психическому и физическому здоровью.

Формирование воспитывающих гуманистических, нравственно и физически здоровых отношений в семье, помощь в повышении педагогической культуры родителей. Поставленные задачи определяются особенностями психической деятельности воспитанников с ограниченными возможностями здоровья. Процесс обучения носит развивающий характер и одновременно имеет коррекционную направленность. При обучении происходит развитие познавательной деятельности, речи и эмоционально – волевой сферы.

Общая характеристика учебного процесса

Согласно учебному плану для образовательного специального (коррекционного) учреждения на изучение «Профилактика аддиктивного поведения школьников» в 7 классе отводится 1 час в неделю, общее количество часов в год - 34ч. Занятия проводятся с группой

обучающихся во внеурочное время. Продолжительность занятия группы от 25 до 40 минут. Занятия проводятся с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов за год
С 6по 11 класс	1 час	34 часа

Возможно уменьшение (увеличение) количества часов (учебно – тематический, календарно – тематический), в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения занятий на праздничные дни и от индивидуального развития классного коллектива.

Виды и формы организации учебного процесса:

Основной формой организации учебно-воспитательного процесса является занятие, которое строится на принципах коррекционно-развивающего обучения. Занятия в рамках программы по содержанию и формам работы могут быть достаточно разнообразны. Особенности каждого занятия обусловлены как проблемами, которые рассматриваются, так и характером группы и личностными особенностями и эмоциональным состоянием участников. Вместе с этим, в целях более технологичного проведения занятий выделены структурные компоненты занятий. Эти компоненты представлены на каждом занятии, особенности же их применения могут меняться с учетом целей и задач конкретного упражнения. Также следует отметить, что ведущий тренинга может самостоятельно подбирать упражнения для проведения занятий из представленных ниже, учитывая возрастные особенности участников группы и место проведения тренинга.

Технологии обучения, применяемые на занятиях: игровые, здоровьесберегающие; информационно-коммуникационные; проблемно-поисковые; личностно-ориентированные; технологии разноуровневого и дифференцированного обучения, информационно-коммуникативные.

Для реализации основных целей и задач курса «Профилактика аддиктивного поведения школьников» применяются разнообразные **типы занятий**:

- объяснения нового материала (первоначальное изучения материала);
- закрепления знаний, умений, навыков (практическое);
- обобщения и систематизации знаний (повторительно-обобщающее);
- комбинированное.

Учитывая познавательные возможности обучающихся, для активизации умственной деятельности, развития самостоятельности, осознанности восприятия материала, в план включены **занятия нестандартного типа**:

- с применением ИКТ
- тестирование
- путешествие
- психологическая игра и др.

Основными видами деятельности обучающихся, по курсу являются:

1. Групповая работа.
2. Тренинг поведения.
3. Когнитивная модификация и терапия.
4. Личностный тренинг.
5. Дискуссии.
6. Мозговые штурмы.
7. Беседы.
8. Лекции.
9. Ролевые игры.
10. Психогимнастика.
11. Психодрама.
12. Элементы индивидуальной и групповой психотерапии.
13. «Круглые столы».
14. Совещания.
15. Супервизия.
16. Проведение методических занятий с супервизорами.

Виды и формы текущего контроля знаний, умений, навыков по предмету

Преобладающие формы текущего контроля знаний, умений и навыков:

- индивидуальный и фронтальный опрос;
- анкетирование;
- текущие и итоговые наблюдения.

Диагностика проводится на начало и конец учебного года.

Широко используется на занятиях индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа.

Требования к уровню подготовки обучающихся**Предполагаемые результаты:**

1. Уменьшение факторов риска употребления психоактивных веществ в молодежной среде.
2. Формирование здорового жизненного стиля и высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у детей и подростков.
3. Развитие комплексного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.
4. Создание модели воспитанника высокофункционального поведения.

Модель воспитанника высоко функционального поведения.**Критерии эффективности:**

- уменьшение факторов риска злоупотребления психоактивными веществами;
- усиление личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;
- наличие навыков противодействия наркотицизирующей среде.

Выводы критериев эффективности программы: именно профилактические мероприятия способствуют формированию отрицательного отношения подростков к употреблению психоактивных веществ.

Контроль

Контроль осуществляется в форме проведения тестовых срезов, анкетирования, опросов и анализа результатов наблюдения в начале и в конце учебного года.

Учебно – методические средства обучения

Наименование	Авторы	Издательство	Год издательства
Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО. 2006. – 288С.	С.Ф.Савченко, О.Г. Ивановская, Л.Я. Гадасина, В.А. Барабохина, А.Н. Гаврилова, Н.Н. Земляная, В.П. Кудрявцева	КАРО Санкт-Петербург	2006

Основная и дополнительная литература

1. Рабочая программа составлена на основе программы «Профилактика аддиктивного поведения школьников»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО. 2006. – 288С.
2. Александров А.А., Александров В.Ю. Курение и его профилактика в школе. – М.: Медиа-Сфера, 1996. – 96 с.
3. Валентик Ю.В., Потёмкин Г.А. Программа укрепления психического здоровья учащихся и профилактики зависимости от психоактивных веществ «Формула XXI» //Профилактика злоупотребления психоактивными веществами. – М.: АПКИПРО, 2002. – С. 99-187

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование темы урока	Кол -во	Дата	Словарь	Повторение	Оборудование, наглядность, дополнит. лит-ра, ТСО
1 четверть Количество занятий: 8 час.						
1.	Вводное занятие.	1	03.09		Ознакомление с задачами и планом работы на год. Правила поведения в кабинете. Правила работы в группе	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 98-99
2.	Виды аддиктивного поведения, причины развития	1	10.09	Химические и не химические	Повторение и обобщение знаний о вреде курения	Причины развития аддикции// http://odepressii.ru/zavisimost/addiktivnoe-povedenie.html Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
3.	Влияние курения на организм человека	1	17.09	Токсичные вещества	Представление о вредном воздействии курения	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 42
4.	Влияние алкоголя и наркотиков на организм человека	1	24.09	Нервная система, алкоголь	Нервная и пищеварительная системы	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 48
5.	Повторение и обобщение знаний о вреде курения	1	01.10	Осведомлённость	Влияние алкоголя, никотина на растения	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 55
6.	Игромания	1	08.10	Игромания	Виды аддиктивного поведения	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
7.	Интернет-зависимость	1	15.10	Интернет-зависимость	Игромания	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
8.	Мания покупок	1	22.10	Шопингомания	Интернет-зависимость	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html

2 четверть						
Количество занятий: 7 ч.						
1.	Аддикция к еде	1	12.11	Булимия	Мания покупок	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
2.	Злоупотребление лекарственными препаратами.	1	19.11		Аддикция к еде	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
3.	Токсикомания	1	26.11	Токсикомания	Злоупотребление лекарственными препаратами.	Портрет наркомана http://do.gendocs.ru/docs/index-285168.html
4.	Компьютерная зависимость	1	03.12		Токсикомания	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
5.	Телевизионная аддикция.	1	10.12		Компьютерная зависимость	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
6.	Пристрастие к ритмичной музыке.	1	17.12		Телевизионная аддикция.	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
7.	Пристрастие к наркотикам.	1	24.12	Наркомания	Пристрастие к ритмичной музыке.	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
3 четверть						
Количество занятий: 10 час.						
1.	Болезненное увлечение литературой	1	14.01		Алкогольная аддикция.	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
2.	Религиозная аддикция	1	21.01	Религия	Болезненное увлечение литературой	Виды аддиктивного поведения// http://rudocs.exdat.com/docs/index-317439.html
3.	Принятие на себя ответственности за свой образ жизни	1	28.01		Профилактика аддикции	Модульный курс профилактики курения. Школа без табака.5-11 классы. ПТУ. М.; «ВАКО», 2004, 272 стр. 85-90

4.	Кратковременные и длительные последствия курения	1	04.02		Принятие на себя ответственности за свой образ жизни	Модульный курс профилактики курения. Школа без табака.5-11 классы. ПТУ. М.:, «ВАКО», 2004, 272 стр. 96-99
5.	Игра-шоу «Вы рискуете своими лёгкими»	1	11.02	Табачная мозаика	Кратковременные и длительные последствия курения	Модульный курс профилактики курения. Школа без табака.5-11 классы. ПТУ. М.:, «ВАКО», 2004, 272 стр. 99-103
6.	Портрет курильщика	1	18.02		Вы рискуете своими лёгкими	Модульный курс профилактики курения. Школа без табака.5-11 классы. ПТУ. М.:, «ВАКО», 2004, 272 стр. 103-105
7.	Формирование ценности «Я», осознание своей жизни	1	25.02	Чувство времени	Структура времени, временные интервалы. Минута	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 106
8.	Осознание целей своей жизни	1	04.03	Структура времени	Линия жизни, будущее, настоящее, прошлое	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 109
9.	Ценность принятия и понимания	1	11.03	Эмпатия	Самовыражение, осознание целей своей жизни	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 111
10.	Планирование позитивного образа своего будущего	1	18.03	Позитивное мышление	Самоосознание, саморвыражение	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 113

4 четверть

Количество занятий: 7 час.

1.	Поиск внутренних ресурсов	1	08.04	Стратегии жизни	Развитие адаптивных способностей	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 116
2.	Осознание собственных жизненных ценностей	1	15.04	Самооценка	Умение безоценочно относиться к друг другу	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 119
3.	Формирование навыка принятия решений	1	22.04	Самоосознание	Планирование позитивного образа своего будущего	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 121
4.	Внутренние ресурсы необходимые для достижения	1	29.04	Самовыражение	Самооценка, повышение самооценки	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое

	цели					пособие. стр. 122
5.	Ценность здорового образа жизни	1	06.05	Ценность «здоровье»	Структура времени	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 124
6.	Моё послание Миру	1	13.05	Ценность «человечество»	Взаимодействие с окружающими	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 132
7.	Осознание своей жизни и своего будущего	1	20.05	Лестница прогресса	Осознание своей жизни, позитивное видение будущего	Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. стр. 133

Лист коррекции

№	Тема урока	дата		причина	Согласование с зам. по УР
		План	факт		