

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
детей «Центр детского творчества» г. Мичуринска  
Комплексная программа профилактики правонарушений и преступлений  
несовершеннолетних Тамбовской области «Не оступись!» на 2013-2015 годы.

**Образовательный модуль по профилактике наркомании,  
алкоголизма и курения для обучающихся 14-16 лет  
"Мы выбираем жизнь!"**

в рамках реализации комплексной межведомственной программы  
профилактики правонарушений и преступлений несовершеннолетних  
Тамбовской области «Не оступись!» на 2013-2015 годы.

Цели:

- 1) предупреждение употребления психоактивных веществ подростками;
- 2) обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

Задачи:

1. Предоставить подросткам объективную научную информацию о психоактивных веществах;
2. Способствовать формированию положительной «Я - концепции»;
3. Развивать навыки самоуважения;
4. Обучить навыкам эффективного общения;
5. Способствовать осознанию подростками своих ценностей;
6. Сформировать навыки сопротивления социальному давлению.

Срок реализации : 3 дня

Целевая группа: обучающиеся 14-16 лет.

Основные понятия: алкоголь, зависимость, наркотики, наркомания , психоактивные вещества (ПАВ), потребители наркотиков, барьер общения , Я-концепция, толерантность.

Условия реализации:

Для реализации образовательного модуля требуется отдельное помещение, наличие оборудования, мебели. Обучение проводится в каникулярное время и предполагает использование следующих педагогических технологий:

- технология «Интенсивной школы»,
- технология дифференцированного обучения и воспитания,
- личностно-ориентированная технология,
- технология обучения и воспитания без насилия,
- технология педагогической поддержки.

Кадры: психолог, социальный педагог, педагоги дополнительного образования.

Привлеченные специалисты: врач-терапевт, врач-нарколог, специалист общества трезвости и здоровья, эксперт МРО УФСКН России по Тамбовской области, учитель физкультуры, преподаватель МичГАУ.

Оборудование: проектор, компьютер (ноутбук), столы, стулья, сетодинамический комплекс «Вредные привычки».

Расходный материал: фломастеры, маркеры, бумага, карандаши, ватман и др.  
Раздаточный методический материал: буклеты, брошюры, опросные листы).

Ожидаемые результаты:

1. Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков.
2. Повышение уровня развития умений и навыков:
  - а) уверенного позитивного поведения;
  - б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;
  - в) отстаивания и защиты своей точки зрения;
  - г) осознанного и уверенного умения сказать вредным привычкам «Нет».
3. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

Учебный план

- 1 раздел: вредные привычки: профилактика зависимостей – 8 часов
- 2 раздел : секреты продления жизни – 4 часа.

Учебно-тематический план

	раздел	тема	Кол-во часов		итого
			Теоретич.	Практич.	
1	Вредные привычки: профилактика зависимостей	Курить – здоровью вредить.	1	1	2
		Алкоголь: добро или зло? Алкоголь и подросток	1	1	2
		Скажи наркотикам - нет!	1	3	4
2	Секреты продления жизни	В здоровом теле – здоровый дух	1	1	2
		Здоровое поколение – здоровье нации		2	2

Содержание программы

Занятие 1

Тема: «Курить –здоровью вредить».

Знакомство. Постановка целей занятий. Ознакомление с Законодательством РФ в области охраны здоровья человека, профилактики курения и требования

их исполнения в общественных местах. Права курящих и некурящих. «Мифы, предрассудки и реальность о табаке». Прощание, обмен впечатлениями.

## Занятие 2

Тема: «Курить – здоровью вредить».

Тренинг « Как влияет курение на молодой организм».

Упр. «Рука в руке», «Комплимент».

Мини – лекция. «Мозговой штурм». Упр. «Ручеек». Работа в группах.

Рефлексия. Упр. «Я хочу сказать спасибо...»

## Занятие 3

Тема : «Алкоголь: добро или зло? Алкоголь и подросток».

Мини – лекция о вреде алкоголизма и наркотической зависимости.

Обмен впечатлениями.

## Занятие 4

Тема : «Алкоголь: добро или зло? Алкоголь и подросток».

Тренинг «Умей противостоять зависимостям»

Упражнение (разминка). Игра "Полет в будущее". Упражнение «Я рад общению с тобой...». Рефлексия. Ритуал прощания.

## Занятие 5

Тема: «Скажи наркотикам - нет!»

Лекция «ЖЗЛ и влияние наркотиков на их организм».

Роль наркотиков в жизни знаменитостей. Наркотики и спорт. Последствия наркотической и алкогольной зависимости. Просмотр фото и прослушивание записи песен Эдит Пиаф, Владимира Высоцкого, «Битлз». Заслушиваются мнения учащихся.

## Занятие 6,7,8

Тема: «Скажи наркотикам - нет!»

Тренинг « Скажи « нет!» ПАВ!». Упр. « Я люблю себя за то, что...». Представление темы занятий. Мозговой штурм. Мини – лекция « Правила уверенного отказа» .Ролевая игра (работа в группах). Упр. «Подарок».

Тренинг «Молодежь против наркотиков»

Упр. «Я рад общению с тобой...». Мозговой штурм «Мое отношение к проблеме наркотической зависимости». Игра - разминка «Мяу!». Рефлексия о проблеме наркотической зависимости. Упр. «Тост», «Портрет наркомана» (цветопись). Итоговая рефлексия.

## Занятие 9

Тема: «В здоровом теле – здоровый дух»

Лекция «Учитесь жить со смыслом». Показ презентации по данной теме. Анализ жизни успешных людей и употребляющих наркотики, алкоголь, ПАВ. Беседа о необходимости вести здоровый образ жизни. Роль спорта в жизни человека. Как ставить перед собой цель и как её достичь. Умение найти смысл жизни.

#### Занятие 10

Тема: «В здоровом теле – здоровый дух»

Тренинг «Пути достижения жизненных целей»

Методика незаконченных предложений «Мой жизненный выбор зависит от...», Упражнение «Древо целей», Упражнение «В чем мне повезло в этой жизни», Ролевая игра «Встреча через 10 лет», Проективный рисунок «Наша группа».

#### Занятие 11,12

Тема: Здоровое поколение –здоровье нации.

Тренинг социальных навыков. Работа в группах упр. «Дифирамбы здоровью»( представить стихотворение собственного сочинения, восхваляющее здоровый образ жизни, спорт, здоровье).

Упр. «Мы - команда здоровья» (кричалки на тему «Мы – команда здоровья»).

Анализ работы по профилактике употребления алкоголя, наркотических и психотропных веществ. Анкетирование участников программы. Подведение результатов. Изучение запросов на продолжение работы по профилактике наркотической, алкогольной зависимости, токсикомании.

План реализации:

Подготовительный этап			
		Ответственный	Дата
Анкетирование подростков интегрированно й группы	Анкета, направленная на изучение отношения подростков к наркомании, тест «Если хочешь быть здоров..»	Смыкова М.В., педагог-психолог	Декабрь 2013г.
Практический этап			

Тема	Дата	Ответственный	Привлеченный специалист
«Курить – здоровью вредить».	04.01.14	Квитова О.Г., соц.педагог, Мандровская Т.А., зав.отделом	Малютина Г.В. врач- терапевт ТОГ БУЗ «Городская клиническая больница №3»
«Алкоголь: добро или зло? Алкоголь и подросток»	04.01.14	Квитова О.Г., соц.педагог, Мандровская Т.А., руководитель МОП	Обидина В.П., специалист городского общества трезвости и здоровья
«Алкоголь: добро или зло? Алкоголь и подросток».	04.01.14	Мандровская Т.А., руководитель МОП, Смыкова М.В., педагог- психолог	Обносков В.Н., кандидат психологических наук, доцент МичГАУ
«Скажи наркотикам - нет!»	05.01.14	Квитова О.Г., соц.педагог, Мандровская Т.А., руководитель МОП	Ляпина И.А., ведущий эксперт Мичуринского межрайонного отдела Управления федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков по Тамбовской области, А.Е.Сухарев, врач- нарколог ТОГБУЗ «Мичуринская психиатрическая больница»
В здоровом теле – здоровый дух	06.01.14	Квитова О.Г., соц.педагог, Мандровская Т.А., руководитель МОП	и.о. зав. поликликой Трунина Л.М. (ТОГБУЗ «Детская поликлиника»)
Здоровое поколение –	06.01.14	Квитова О.Г., соц.педагог,	Е.В. Соколова, врач- педиатр, ТОГБУЗ

здоровье нации		Мандровская Т.А., руководитель МОП, Смыкова М.В., педагог- психолог	«Детская поликлиника», Е.Ю.Семенцова,учите ль физкультуры, гимназия г.Мичуринск
Обобщающий этап			
Анализ работы по профилактике употребления алкоголя, наркотических и психотропных веществ. Анкетирование участников программы. Подведение результатов. Изучение запросов на продолжение работы по профилактике наркотической, алкогольной зависимости, токсикомании.		Квитова О.Г., соц.педагог, Мандровская Т.А., руководитель МОП, Смыкова М.В., педагог- психолог	10.01.14

### *Используемая литература*

1. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., Интерпракс, 1994.
  2. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., Генезис, 2003.
  3. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., Речь, 2003.
  4. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения. СПб., Служба доверия, 1994.
  5. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. М., Просвещение, 1991.
  6. Мастеров Б.М. Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. М., Интерпракс, 1994.
  7. Киппер Дэвид. Клинические ролевые игры и психодрама. М., «Класс», 1993.
  8. Овчарова Р. В. Технологии практического психолога образования.
  9. Профилактика аддиктивного поведения и случайных отравлений лекарственными препаратами. // Школа здоровья, № 1, 1998.
  10. Формирование жизненных навыков»: программа профилактики поведенческих факторов риска у подростков. Н.А. Паршутин, Т.П. Симонятова. // Школа здоровья № 4, 1999г.
  11. Психология подростка. Учебник под ред. А.А. Реана. СПб: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.
- Профилактика наркоманий и токсикоманий у подростков. Кемерово, 1997

12. Профилактика наркомании и алкоголизма в подростково-молодежной среде // Методическое пособие. М., 2000
13. Рудестам К.Э. Групповая психотерапия. СПб, 1998
14. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Программа формирования здорового жизненного стиля. // Работающие программы. Выпуск 5.М., 2000.
15. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. М., 1999
16. Фопель К. Психологические группы. Рабочие материалы для ведущего.- М., 1999
17. Шаг за шагом от наркотиков. // Книга для родителей, СПб., 1999
18. Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей. Под ред. Л.М.Щипицыной и Е.И.Казаковой, СПб, «Детство-Пресс», 2001.



