

Министерство образования и науки Самарской области  
Государственное бюджетное учреждение – центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи муниципального района Борский Самарской области



Утверждаю  
Директор ГБУ ЦППМСП м.р. Борский  
Герасименко О. С. Герасименко  
« 18 » января 2020г.

## ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА

### «ВСЁ В ТВОИХ РУКАХ»

Категория обучающихся: учащиеся 6-7 класса

Срок реализации программы: 12 часов

Год разработки: 2017г

**Составитель:**  
Ситникова Л.Н.,  
социальный педагог  
ГБУ ЦППМСП м.р. Борский

Согласовано

Председатель методического объединения

Каюкова Н.Ю. Каюкова

« 18 » января 2021г.

## АННОТАЦИЯ

Традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заключается в том, чтобы сформировать у ребенка (подростка) представление о вреде алкоголя, никотина, наркотических и токсических веществ. Если мальчик или девочка узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ, — рассуждают взрослые, — то этого вполне достаточно для того, чтобы предотвратить знакомство с ними. Но так ли это на самом деле?

Как показывают результаты многочисленных опросов, современные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает детей, но и, напротив, подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами. По статистике, уже в 12-13 лет подавляющее большинство мальчиков и девочек пробовали курить, имеют опыт употребления алкоголя. К сожалению, нередки случаи знакомства младших подростков с наркотиками. Почему это происходит?

Попытаемся сформулировать основные причины, побуждающие ребенка впервые попробовать то или иное наркотическое вещество. Наиболее очевидные мотивы — желание подростка «стать своим в компании», «выглядеть взрослым», «избавиться от скуки», «испытать новые, интересные ощущения», «расслабиться». Получается, что наркотизация для него — своеобразный способ решения проблем социальной адаптации — взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции своего состояния, получения новых впечатлений. Не зная других способов решения этих проблем, подростки начинают курить или выпивать. Чтобы этого не произошло, подростку нужна помощь взрослых. И суть педагогической профилактики заключается не только и не столько в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманивающих веществ, сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовывать свои желания и потребности за счет внутренних личностных ресурсов.

Темы профилактических занятий направлены на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

**Цель программы:** выработка навыков уверенного поведения в проблемных ситуациях, создание условий для личностного роста подростков.

Задачи:

1. Формировать индивидуальный навык уверенного поведения в сложных ситуациях.
2. Учить учащихся осознавать личную ответственность за свое поведение и выбор жизненного пути.
3. Развивать коммуникативные навыки.

4. Формировать эмоциональную, когнитивную и поведенческую установку на неприятие употребления ПАВ.

**Адресат:** программа «Всё в твоих руках» предназначена для работы с детьми и подростками от 11 до 16 лет.

Размер группы обучения является чрезвычайно важным фактором. Количество участников в группе не должно превышать 12 человек.

**Количество занятий.** Полный курс для каждой возрастной группы состоит из 12 комплексных занятий.

**Продолжительность одного занятия:** 1 час

**Структура программы:** программа состоит из 3 этапов: входящая диагностика, информационно-практическая часть, исходящая диагностика.

**Периодичность занятий:** 2 занятия в день, 1 раз в неделю.

**Методы:** при проведении занятий используются методы дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры, релаксации.

**Ожидаемые результаты.**

Работа по программе «Всё в твоих руках» направлена на достижение следующих результатов:

1. Учащиеся получают представление о понятиях «здоровье», «здоровый образ жизни».
2. Учащиеся получают знания о негативных последствиях приёма психоактивных веществ.
3. Полученные знания позволят подросткам умело противостоять давлению, побуждающему к приёму психоактивных веществ.

Занятия построены таким образом, что подростки привлекаются к активному участию в моделировании жизненных ситуаций, это способствует выработке у них адекватных приёмов поведения в обстоятельствах, связанных с риском потери здоровья.

**Диагностика.** Анкета.

**Материально-техническое оснащение:** помещение (класс, комната релаксации), вмещающее группу участников, имеющее свободное пространство для упражнений подвижного характера, оснащённого компьютером для показа слайдов.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Борское

Директор  
ГБУ ЦНПМСП м.р. Борский

В.И. Бердникова

О.С. Герасименко

2021 г.

2021 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**профилактической программы «Все в твоих руках»**

**Цель программы:** выработка навыков уверенного поведения в проблемных ситуациях, создание условий для личностного роста подростков.

**Задачи:**

1. Формировать индивидуальный навык уверенного поведения в сложных ситуациях.
2. Учить учащихся осознавать личную ответственность за свое поведение и выбор жизненного пути.
3. Развивать коммуникативные навыки.
4. Формировать эмоциональную, когнитивную и поведенческую установку на неприятие употребления ПАВ.

**Категория обучающихся:** подростки с 11 до 14 лет (учащиеся 7 «Б» класса ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Борское)

**Срок обучения:** 12 часов

**Режим занятий** 2 занятия в день (1 раз в неделю)

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	лекц.	практ.	
1.	Диагностический этап	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Анкетирование
2.	Информационно-практическая часть	10 ч.	3 ч. 20 мин.	6 ч. 40 мин.	
3.	Заключительная диагностика	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Анкетирование
<b>ИТОГО:</b>		<b>12 ч.</b>	<b>4 ч.</b>	<b>8 ч.</b>	

СОГЛАСОВАНО  
Директор  
ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Борское



В.И. Бердникова

« 18 » августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
ГБУ ЦПМСИ м.р. Борский



О.С. Герасименко

« 18 » августа 2021 г.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**профилактической программы «Все в твоих руках»**

**Цель программы:** выработка навыков уверенного поведения в проблемных ситуациях, создание условий для личностного роста подростков.

**Задачи:**

1. Формировать индивидуальный навык уверенного поведения в сложных ситуациях.
2. Учить учащихся осознавать личную ответственность за свое поведение и выбор жизненного пути.
3. Развивать коммуникативные навыки.
4. Формировать эмоциональную, когнитивную и поведенческую установку на неприятие употребления ПАВ.

**Категория обучающихся:** подростки с 11 до 14 лет (учащиеся 7 «Б» класса ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Борское)

**Срок обучения:** 12 часов

**Режим занятий** 2 занятия в день (1 раз в неделю)

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	лекц.	практ.	
1.	<i>Диагностический этап</i>	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Анкетирование
	1.1 Знакомство. Правила групповой работы.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	
2.	<i>Информационно-практическая часть</i>	10 ч.	3 ч. 20 мин.	6 ч. 40 мин.	
	2.1. Личность и индивидуальность.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.2 Самоуважение.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.3 Уверенность в себе. Навыки уверенного поведения.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.4 Эмоции и чувства.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.5 Стресс.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.6 Принятие решений.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.7 Права личности и уважение прав других.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь

	2.8 Общение. Построение отношений с близкими людьми.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.9 Психоактивные вещества и последствия их употребления.	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
	2.10 Возможности добиваться состояния психического комфорта без использования ПАВ	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Обратная связь
3.	<i>Заключительная диагностика</i>	1 ч.	20 мин.	40 мин.	Анкетирование
	3.1 Итоговое занятие	1 ч.	20 мин.	40 мин.	
<b>ИТОГО:</b>		<b>12 ч.</b>	<b>4 ч.</b>	<b>8 ч.</b>	