


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Белоручейская средняя общеобразовательная школа»

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом  
Протокол №1 от 30.08.2023

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор  Е.В. Кукина  
МБОУ «Белоручейская СОШ»  
Приказ № 240 от 30.08.2023г.

# Программа

## профилактики употребления ПАВ среди подростков «Умей сказать НЕТ»

Автор-составитель  
Антонова Наталья Валентиновна,  
педагог-психолог  
высшая квалификационная категория

Депозит  
2023г

## Паспорт программы

<p><b>Наименование программы.</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Программа профилактики употребления ПАВ среди подростков «Умей сказать НЕТ»</b></p>
<p>Основания для разработки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»</li> <li>■ Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей № 07-711 от 22.11.2012 г. «О реализации Плана мероприятий по профилактике суицидального поведения обучающихся»</li> <li>■ План мероприятий по реализации в 2011-2015 гг. Концепции демографической политики РФ на период до 2025 г., п.14: Реализация Плана мероприятий по профилактике суицидального поведения среди учащихся образовательных учреждений (2011-2015 гг.) – Утв. Распоряжением Правительства РФ от 10.03.2011 № 367-р</li> <li>■ План мероприятий Министерства образования и науки РФ по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011 -2015 годы - Утв. приказом Минобрнауки России от 26.10.2011 г. № 2537</li> <li>■ План первоочередных мероприятий до 2015 г. по реализации «Стратегия действий в интересах детей Вологодской области» - утвержден распоряжением Губернатора Вологодской области</li> </ul>
<p>Разработчики программы.</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>Цель программы.</p>	<p>повышение уровня социально-психологической компетенции подростков; снижение вероятности вовлечения подростков в экспериментирование с табаком, алкоголем, наркотиками.</p>

<p>Задачи программы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выявление подростков склонных к употреблению ПАВ в результате СПТ</li> <li>2. Сформировать у подростков следующие конструктивные навыки взаимодействия: - умение безопасно и эффективно общаться, - умение понимать и выражать свои чувства, - умение противостоять давлению, побуждающему к приему ПАВ.</li> <li>3. Способствовать выработке у подростков защитных личных качеств: уверенности в себе, честности, открытости, чувства юмора и навыков: - устанавливать и поддерживать гармоничные отношения, - принимать решения, - преодолевать кризисные ситуации.</li> <li>4. Предоставить подросткам основные сведения о негативных последствиях приема ПАВ, об особенностях распространения наркомании в молодежной среде и факторах, влияющих на этот процесс, а также дать понятие об основных принципах организации профилактической работы.</li> </ol>
<p>Сроки и этапы реализации программы</p>	<p><b>I этап. Подготовительный август 2023 год:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– изучение обновленной нормативно – правовой базы;</li> <li>– определение стратегии и тактики деятельности</li> <li>- прохождение курсов повышения квалификации психологом и социальным педагогом</li> <li>– укрепление межведомственного сотрудничества;</li> <li>– обобщение имеющегося опыта работы, ориентированного на профилактику употребления ПАВ;</li> <li>– подбор диагностического материала</li> <li>– информирование педагогов и родителей по проблемам употребления ПАВ</li> </ul> <p><b>II этап. Внедрение с 2023- 2028 года (ежегодно)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов СПТ</li> <li>-проведение занятий с элементами тренинга для учащихся группы риска</li> <li>- выступления на родительских собраниях по проблеме употребления ПАВ (7-8 классы)</li> <li>- выступления социального педагога на родительских собраниях по проблемам подготовки к ГИА (9.11 классы)</li> <li>- круглый стол для классных руководителей и педагогов «Трудный ребенок. Какой он??»</li> </ul>

	<p>- распространение информации о Телефоне Доверия</p> <p><b>III этап. Отслеживание и анализ результатов</b></p> <p>– обработка и интерпретация полученной в ходе реализации программы информации;</p> <p>– соотношение результатов реализации программы с поставленными целями и задачами</p> <p>– определение перспектив развития школы в этом направлении.</p>
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>- разработка эффективных механизмов совместной деятельности участников воспитательной системы школы;</p> <p>- повышение психолого-педагогической грамотности родителей, педагогов, учащихся;</p> <p>- уменьшение числа «трудных подростков» в школе;</p> <p>- формирование здорового жизненного стиля и эффективных линий поведения у детей и подростков; - создание здоровой и безопасной среды в школе.</p>

## Пояснительная записка

До 60 процентов школьников сообщают, что подвергаются давлению со стороны сверстников, побуждающих их принимать алкоголь или наркотики. Одним из необходимых условий сокращения масштабов незаконного потребления наркотиков является организация и проведение профилактической работы среди детей, подростков и молодежи. Сохраняющиеся тенденции в динамике наркогенного поведения подтверждают значимость первичной профилактики зависимости от ПАВ, возрастание роли образовательных организаций в решении этих задач. Основные цели и задачи профилактики в образовательной среде, принципы организации профилактической деятельности сформулированы в Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690), а также в Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (приказ Минобрнауки России от 05 сентября 2011 года). Сегодня потребителями наркотиков становятся и социально-адаптированные, достаточно благополучные подростки, и молодые люди, из семей с достаточно высоким материальным уровнем жизни и социальным статусом. Это означает, что социальные причины наркомании лежат не только в экономически неблагополучной части населения. Способствуют вовлечению в наркопотребление и особенности переходного периода от детства к взрослости, характеризующиеся, например, большим количеством свободного времени, специфическими гедонистическими формами проведения досуга (посещение дискотек, ночных клубов, проведение досуга в компаниях), неустойчивым ценностным полем. Программы профилактики имеют большую возможность обеспечения профилактической работы с целью предупреждения развития у детей и подростков вредных привычек, первых проб ПАВ. В этой работе выделяют наличие трех компонентов.

**Цели** работы по профилактике злоупотребления ПАВ - повышение уровня социально-психологической компетенции подростков; снижение вероятности вовлечения подростков в экспериментирование с табаком, алкоголем, наркотиками.

**Задачи:**

1. Сформировать у подростков следующие конструктивные навыки взаимодействия: - умение безопасно и эффективно общаться, - умение понимать и выражать свои чувства, - умение противостоять давлению, побуждающему к приему ПАВ.

2. Способствовать выработке у подростков защитных личных качеств: уверенности в себе, честности, открытости, чувства юмора и навыков: - устанавливать и поддерживать гармоничные отношения, - принимать решения, - преодолевать кризисные ситуации.

3. Предоставить подросткам основные сведения о негативных последствиях приема ПАВ, об особенностях распространения наркомании в молодежной среде и факторах, влияющих на этот процесс, а также дать понятие об основных принципах организации профилактической работы.

Решение подобного рода задач возможно во время проведения специально организованных занятий. Для того, чтобы эти занятия приносили пользу, необходимо учитывать следующее - понимая факторы риска возникновения химической зависимости, обойти их или минимизировать, а акцент сделать на моментах, связанных с личностными факторами, которые препятствуют приобщению к ПАВ. Согласно ВОЗ к факторам риска по формированию ПАВ, которые в основном зависят от психологических особенностей подростков, относят: - ощущение собственной незначимости и неловкости, - недостаточный самоконтроль и недостаточная самодисциплина, - неспособность выражать свои чувства и реакции на себя самого, на других и на ситуацию, - неспособность здраво рассуждать и делать здоровый выбор в жизни, - недостаточное понимание правил и понимания того, что решения имеют последствия, - непонимание и неприятие социальных норм и

ценностей, - низкая самооценка и неуверенность в себе. Защитные личностные факторы, препятствующие наркотизации и алкоголизации: - здоровое и развитое чувство юмора, - внутренний самоконтроль, - целеустремленность, стрессоустойчивость, - крепкие дружеские отношения хотя бы с одним взрослым, который находится рядом с ребенком, - склонность жить по закону и нормам какого-либо сообщества: школа, лагерь, семейным стандартам, - активное участие в деятельности социальных групп, в которые входит подросток, - определенные обязанности, которые должны иметь дети и подростки и определенный успех в реализации этих обязанностей, - видение жизненной перспективы, - адекватная самооценка, способность к конструктивному поведению в конфликтных ситуациях.

### **Основные компоненты профилактики.**

**Специфический компонент профилактики** – систематическое повышение уровня осведомленности детей и подростков о пагубности вредных привычек на растущий организм или личность человека, вся работа, которая, так или иначе, касается табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. В рамках специфической профилактики важно, чтобы ребенок, подросток был проинформирован о последствиях употребления ПАВ (психоактивных веществ), основной акцент делается на последствиях для личности растущего человека. Главное правило - доходчиво, интересно, не вызывая сомнений, доносить информацию до любой детской, подростковой аудитории. Следует избегать стратегии запугивания, создавать доверительную атмосферу, показать преимущества здорового образа и стиля жизни, использовать активные формы, включая проведение бесед. Не следует обсуждать с детьми информацию о наркотических веществах, местах их распространения. Механизм влияния наркотиков можно обсуждать с детьми, имеющими опыт употребления, однако лучше это делать врачам-наркологам. Следует быть готовым к существованию разных мифологических представлений у детей. Наиболее вероятные из них: Если «правильно» употреблять наркотики – не заболеешь. Миф основан на больших индивидуальных вариантах сроков

формирования зависимости. Наркотик – «русская рулетка», никто не может заранее узнать: в какие сроки зависимость сформируется у него. Другой миф – наркотики способствуют проявлению творческих возможностей человека. Важно заранее подготовиться к диалогу по поводу искаженных представлений у детей по проблеме наркотиков. Более освоенное содержание информации – о влиянии наркотиков на здоровье, подростки реагируют на нее весьма спокойно, впрочем, более значимо воспринимают информацию о влиянии ПАВ на репродуктивное здоровье. Девочки – подростки также реагируют на информацию о внешнем виде. Акцент все же следует делать на влиянии наркотиков на личность человека. Показать, что наркотики – выбор слабых. Происходит постепенное снижение интересов, разрушение личности, остается «одна, но пламенная страсть» - к наркотикам. Источник информации: подростки больше доверяют сверстникам, поэтому очень эффективна работа волонтеров по проблеме зависимости. В то же время эффективными могут быть и педагоги, особенно, если у них существуют доверительные отношения с учениками, воспитанниками, есть устойчивый личностный контакт. Следует учитывать также, что у детей в качестве весьма вероятного источника могут быть электронные СМИ, интернет.

### **Принципы реализации**

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности ребенка.
2. Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип **приоритета личностного развития**, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика**.
5. Принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.
6. **Сроки реализации программы:** с 2023 года



**Реализация программы предполагает** использование многообразных форм и методов обучения (семинары, проектная деятельность, дискуссии, деловая игра, лекции-презентации, круглые столы, тренинги, мастер-классы и др.)

**Ресурсное обеспечение:**

- Кадровое (педагог-психолог, социальный педагог)
- Информационно – методическое
- Материально – техническое

**Участники реализации программы**



**Основные направления программы**

В качестве основных направлений сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику употребления ПАВ среди подростков обозначены:

- Научно-методическое;
- Информационно-аналитическое;
- Консультационное;

- Просветительское

### **Научно-методическое направление**

*Задача*-создание системы действенной помощи в обеспечении психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику употребления ПАВ.

*Содержание:*

-обеспечение взаимосвязи психолого-педагогической науки и школьной практики;

-апробация и внедрение позитивного опыта и результативных технологий, современных достижений психологической науки в образовательный процесс в части психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику употребления ПАВ;

*Формы реализации:*

-мастер-классы, семинары;

-курсы повышения квалификации;

.

### **Информационно-аналитическое**

*Задача* – сопровождение образовательного процесса, направленного на профилактику употребления ПАВ.

*Содержание:*

-выявление образовательных потребностей участников образовательного процесса;

-систематизация психолого-педагогических материалов;

-сбор, накопление, анализ и обобщение психолого-педагогической информации.

*Формы реализации:*

-ведение документации;

-планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы;

-обеспечение участников образовательного процесса необходимыми документами и информацией учебного и справочного характера.

### **Консультационное**

*Задача-* оказание консультативной помощи педагогам, подросткам и родителям по проблеме употребления ПАВ

*Содержание:*

-консультирование администрации, педагогов, детей и родителей по вопросам развития, обучения, воспитания и образования детей и подростков.

*Формы реализации:*

- групповые консультации;
- консультации по запросу.

### **Просветительское**

*Задача-*повышение уровня психологических знаний и психологической культуры всех участников образовательного процесса.

*Содержание:*

- распространение психологических знаний;
- формирование психологической культуры.

## **Перечень мероприятий, включающих профилактику употребления ПАВ.**

<b>Просвещение и профилактика</b>				
<i>Учащиеся</i>				
<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Цель</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1	Выявление несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	Комплексная профилактика	в течение года	соц. педагог классные руководители. психолог
2	Составление базы данных по социально неблагополучным	Комплексная профилактика	сентябрь	соц. педагог

	семьям			
3	Просветительские классные часы по проведению СПТ, сбор согласий, проведение СПТ, выявление детей группы риска по результатам СПТ	Диагностика	Сентябрь-ноябрь	соц. педагог классные руководители. психолог
4	Индивидуальное консультирование по итогам СПТ	Консультационное направление	По запросу	педагог-психолог,
	<b>Психологические классные часы:</b>  <b>Дети группы риска</b> Групповые занятия по программе «Умей сказать НЕТ»  Приглашение специалистов ЦПМПК для проведения мероприятий по профилактике негативных явлений	Комплексная профилактика	Май-июнь 3 занятия  февраль	педагог-психолог соц педагог кл. руководитель  кл руководители психолог социальный педагог
<b>Педагоги</b>				
1	Семинар классных руководителей в рамках работы ШМО (по отдельному плану)  Индивидуальное консультирование классных руководителей по итогам СПТ в классе (обобщенные результаты)		По запросу	завуч по ВР
<b>Родители</b>				

1	Родительский лекторий: ➤ Профилактика употребления ПАВ (родительские собрания 7-8 классы)	Март-апрель	кл. руководитель, педагог-психолог,
2.	Информирование родителей по проведению СПТ, сбор согласий,  Консультирование родителей по результатам СПТ	Октябрь  По запросу	соц педагог
<b>Консультирование</b>			
1	Консультирование учащихся, семей учащихся с признаками школьной дезадаптации, внутрисемейными проблемами, семей находящихся в трудной жизненной ситуации и др.	В течение года	соц. педагог, педагог-психолог
<b>Коррекционно-развивающее направление</b>			
1	Индивидуальная коррекционная работа	По мере необходимости	

**Прогнозируемый результат:** в случае успешной реализации программы будет:

- снижена склонность во влечение употребления ПАВ среди подростков группы риска
- расширена возможность пропаганды здорового образа жизни, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся.

### **3. Заключение.**

В данной программе затронуты меры профилактики употребления ПАВ среди подростков, необходимые для проведения в общеобразовательной школе.

## Приложение 1. Памятка для педагогов.

**Выявление детей с признаками употребления ПАВ** (психоактивных веществ). Педагогу необходимы знания о признаках употребления ребенком психоактивных и наркотических веществ:

Физиологические признаки:

- бледность кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- замедленная, несвязная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание).

Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- повышенная работоспособность;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- трудности в сосредоточении на чем-то конкретном;
- бессонница;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- повышенная утомляемость;
- прекращение общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей, книг, одежды, видео- и аудиотехники;
- частые телефонные звонки;
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;

- вранье, изворотливость, лживость;
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- неопрятный внешний вид;
- склонность к прослушиванию специфической музыки;
- проведение большей части времени в компаниях асоциального типа.

Очевидные признаки:

- следы от уколов, порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- маленькие закопченные ложечки;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы «Беломор» в пачках из-под сигарет.

Педагог должен уметь действовать в критических ситуациях. Если у Вас возникли подозрения, что подросток находится в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, то целесообразно следующее:

1. Наблюдать за ребенком, в отношении которого появились подозрения об употреблении ПАВ.
2. Не паникуйте. Если даже ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
3. Удалите учащегося из помещения, отделите его от группы детей.
4. Внимание детей к этой ситуации привлекать не стоит.
5. Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
6. Немедленно поставьте в известность классного руководителя, руководителя ОО. Привлеките медицинского работника, составьте план действий.
7. Важно, чтобы у ребенка не было возможности пропагандировать, рекламировать употребление ПАВ.
8. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока Вы не справились с Вашими чувствами.

9. Если ребенок не склонен обсуждать с Вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о Ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.

10. В случае, когда состояние подростка может быть расценено как состояние алкогольного или наркотического опьянения, следует известить о случившемся родителей или опекунов подростка.

11. Нецелесообразно проведение немедленного разбирательства причин и обстоятельств употребления алкоголя или наркотиков.

12. При совершении подростком хулиганских действий целесообразно прибегнуть к помощи правоохранительных органов.

13. Посоветуйте родителям обратиться к специалисту. Проинформируйте, что химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Родители могут обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ребенок отказывается идти вместе с родителями, они могут обратиться в консультацию без него. Передозировка психоактивных веществ Самым грозным осложнением употребления наркотиков и токсических средств является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей. Важно вовремя оказать первую помощь и вызвать скорую медицинскую помощь. Признаками передозировки являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на внешние раздражители, рвота.

Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков:

1. Вызвать скорую помощь.
2. Повернуть на бок.
3. Очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс.
4. Следить за характером дыхания до прибытия врачей.
5. При частоте дыхательных движений меньше 8-10 в минуту – искусственное дыхание изо рта в рот. Тактичность и осторожность в работе с



детьми и подростками в ходе антинаркотической профилактики являются обязательным правилом, так как необоснованные подозрения в употреблении наркотических веществ могут сами по себе оказаться психотравмирующим фактором и, в свою очередь, подтолкнуть ребенка к их реальному употреблению.

## **Приложение 2.**

### **Программа занятий «Умей сказать НЕТ»**

**12-16 лет**

#### **Занятие «Твой выбор»**

Цели занятия:

1. Повысить уровень информированности обучающихся по проблемам, связанными с наркотиками.
2. Познакомить с целями и задачами социально-психологического тестирования.
3. Мотивировать на участие в социально-психологическом тестировании.

Материалы:

Ватман, маркеры, правила работы группы, 3 листа бумаги с утверждениями: «Согласен», «Не согласен», «Не знаю».

Ход занятия.

I. Вопросы ведущего (15 минут):

1. Существует ли с Вашей точки зрения проблема наркомании в нашем обществе?
2. Сталкивались ли с этой проблемой вы или ваши близкие?
3. Что вы чувствовали, когда сталкивались с этой проблемой?
4. Насколько это явление опасно для молодежи?
5. Если эта проблема не решиться в ближайшее время, как она повлияет на наше

общество в целом?

Комментарии: В группе могут находиться подростки уже употреблявшие наркотики.

Поэтому следует давать информацию взвешенно, не приводя подростков к чувству

безысходности. Необходимо сделать вывод о том, что эта проблема актуальна лично для

подростка или людей, которых он знает.

II. Дискуссия на тему: “Почему подростки и молодёжь употребляют ПАВ?”  
(20 минут)

Цели дискуссии:

1. Выяснить и обсудить мотивы начала употребления ПАВ.
2. Определить выгоды и негативные последствия от употребления ПАВ.
3. Определить альтернативные виды деятельности подростков и молодёжи к употреблению ПАВ, необходимые умения.

Таблица

Причины употребления ПАВ	Положительные эффекты	Отрицательные последствия	Альтернативные способы решения проблемы или что можно сделать, чтобы добиться результатов, не используя наркотики

Инструкция:

«Постарайтесь представить какие причины могут побудить вашего сверстника к

употреблению ПАВ (наркотиков). Какие положительные эффекты при этом он может пережить?

Каковы будут отрицательные последствия? Какие варианты альтернативного поведения возможны

в данной ситуации. Заполните предложенную таблицу».

После индивидуального заполнения таблицы ее результаты обсуждаются в мини группах и

затем в целой группе.

Обсуждение:

- Сравните выгоды и негативные последствия. Какие последствия наиболее значимы для дальнейшей жизни, имеют более долгосрочную перспективу? Важно учесть, что употребление наркотиков не приводит к решению проблемы, она сохраняется и, как правило, углубляется.

Мнимый выигрыш с использованием ПАВ носит ситуативный характер.

При обсуждении обратите внимание группы на альтернативные способы достижения эффекта без психоактивных веществ.

Возможны варианты, когда участники прописывают или рисуют альтернативные способы получения удовольствия и решения проблем.

Вывод: практически во всех случаях человек сам решает, употреблять ему наркотики или нет, несет ответственность за выбор.

III. Упражнение «Спорные утверждения» (10 минут).

На противоположных стенах комнаты укрепляются таблички: «Согласен», «Не согласен», «Не знаю».

Инструкция для участников: «Сейчас вы услышите разные утверждения, которые связаны с проблемой зависимости. Ваша задача – подойти к той табличке, которая выражает ваше

отношение к каждому предложенному утверждению, а затем объяснить свой выбор. Во время

выполнения упражнения вы можете изменить свое первоначальное решение и обозначить это,

переходя к соответствующей табличке».

Инструкция для ведущего: Таблички обозначают возможные варианты отношения к

различным утверждениям по проблеме наркотиков. После того как все участники определились,

ведущий просит представителей каждой точки зрения высказаться в ее защиту. Каждая подгруппа

представляет свои аргументы в пользу сделанного выбора. Выступает один участник.

Утверждения:

1. Легкие наркотики безвредны.
2. Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.
3. Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.
4. Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.
5. Алкоголь – тоже наркотик.
6. От пива алкоголизм не возникает.
7. От компьютерных игр тоже можно попасть в зависимость.
8. Наркотики повышают творческий потенциал.
9. По внешнему виду человека всегда можно определить, употребляет он наркотики или нет.
10. Наркоман может умереть от передозировки.
11. Продажа наркотиков не преследуется законом.

Групповое обсуждение:

- Какие чувства вызвало упражнение?

- Является ли проблема зависимости значимой для вас?

#### IV. Упражнение «Умей сказать «НЕТ» (15 минут)

Цель: Тренировка умения говорить «НЕТ» в ситуациях риска.

Участники садятся в круг. Им дается задание придумать 10 вариантов отказа от принятия наркотиков и 10 вариантов предложения его попробовать.

Обсуждение:

- Легко ли было отказаться?
- Какие из произносимых вариантов были самыми эффективными? Почему?
- Как себя чувствовали в роли уговаривающего и отказывающегося?
- Какие еще формы отказа существуют?

Целесообразный вывод: **НАУЧИТЕСЬ ГОВОРИТЬ «НЕТ» НАРКОТИКАМ!**

Информация для ведущего:

Некоторые примеры или сценарии отказа:

- «Нет, я не употребляю наркотики». Это ответ, который не требует объяснения, и может звучать вслед за предложением любого вида наркотиков.
- «Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку».

Рациональное обоснование отказа не вызовет удивления у тех людей, которые предлагают

попробовать наркотик. Это так же не вызовет у них особых опасений - они убедятся, что это не их

жертва и очень быстро потеряют интерес.

На вопрос «Тебе слабо?» можно ответить так:

- «Мне слабо сидеть на игле всю оставшуюся жизнь».
- «Спасибо, нет. Это не в моем стиле».
- «Отстань!»
- «Почему ты продолжаешь давить на меня, если я уже сказал(а) «НЕТ»?»
- «Наркотики меня не интересуют».

Если собеседник начинает подтрунивать над отказом, нужно поддержать «шутливую»,

форму разговора.

Если давление будет все настойчивее, нужно помнить, что всегда можно просто уйти.

### **Занятие «Легко ли быть белой вороной?»**

Цели:

1. Помочь детям понять, что человек – это личность и его надо принимать таким, какой он есть, вместе с его странностями.
2. Научить ребят видеть в другом прежде всего хорошее.
3. Формирование нравственной культуры, адекватной оценки себя и других людей

Материал:

Книги из серии ЖЗЛ, анкета, сообщения о людях, которые опередили свое время, листочки со сценками, вопросы к викторине

Ход занятия

I. Подготовительный период:

Анкетирование. Вопросы анкеты:

1. Есть ли в вашем окружении люди, о которых можно сказать: «белая ворона»?
2. Что вам кажется странным в этих людях?
3. Как к ним относятся окружающие?
4. Как ты сам к ним относишься?

Задание: прочитать и подготовить сообщения о людях, которые опередили свое время и при

жизни были «белыми воронами»: о Ю.В. Кондратюке; А.А. Чижевском; Н. Рерихе; об

А.Ахматовой; М. Цветаевой; Н. Гумилеве.

II.

Задачи:

- Введение в тему.
- Формирование внимания и интереса к данной тематике.
- Знакомство с интересными историческим фактами.

Все мы живем в обществе, где существуют свои законы, порядки, традиции.

Во многом мы

похожи друг на друга, имеем общие потребности и желания, но и во многом – различны. Есть

такие люди, которые выделяются на общем фоне или своим хобби, или манерой поведения, или

стилем одежды. Их называют «белыми воронами», они нам кажутся странными. Но нельзя

забывать, что каждый человек уникален неповторим и имеет право на существование.

Сегодня у нас необычный классный час, и посвящается он тем, кто чем- то резко выделяется из

общей массы. Это может быть особый взгляд на жизнь, на окружающий мир, или странные, на

наш взгляд, манеры, увлечения. Таких людей часто называют «Белыми воронами», относятся к

ним скептически, недоуменно. Так вы пишете и в анкетах. Но чем же мы лучше этих людей?

Почему такое несправедливое отношение к ним? Ведь если вдуматься, то без них бы мы не смогли

бы со стороны взглянуть на свое поведение, свою жизнь, наука не смогла бы открыть какие-то

законы, тайны прошлого.

Сообщения о людях, опередивших свое время.

...Среди нас живут люди, которые привыкли ходить босиком, а нас это удивляет...Одеваются не так, говорят не то, увлечения- странные. Каждый человек неповторим, уникален, имеет право на жизнь. Надо бережно относиться друг к другу, ведь мы – часть природы, все мы земляне, у нас один общий дом – наша планета, у нас одна общая судьба, одна душа-человеческая душа.

Время: 5 минут

III. «Мини-сценки». См. Приложение № 2

Задача:

- Осознание чувств и мыслей «белых ворон».

Ребятам предлагается разыграть сценки.

Обсуждение: поочередно обращаются к одиноким «белым воронам».

Ведущий подводит итог: нельзя оставлять человека одного. Надо разобраться в ситуации, надо

понять другого человек. Нельзя терять друг друга.

Время: 15 минут

IV. Упражнение «Викторина» См. Приложение № 3

Задачи:

- Снятие напряжения, усталости.

Ребята отвечают на вопросы викторины.

Время: 10 минут

V. Подведение итогов

Задачи:

- Подведение итогов.

- Обмен впечатлениями.

Возможно, все мы немножко «белые вороны». Не проходите мимо друг друга, будьте милосердны.

Пусть в душе каждого человека будет праздник, ведь все мечтают об этом.



Пусть сбудутся мечты каждого из вас!!!

Время: 5 минут

## Приложение 1

Сообщения о людях, которые опережали время.

Юрий Владимирович Кондратюк – безвестный русский гений. В 1929 году один разработал

уникальную схему полетов на Луну, ее затем использовали американцы. Им Кондратюк

показался не «белой вороной», а гением.

А.А. Чижевский – создатель космобиологии. Он ведь тоже был всеми отвергнут в свое время... (Рассказ о жизни и деятельности ученого).

Н.К. Рерих – человек разносторонних дарований: художник, литератор, ученый, общественный деятель (Рассказ о Н. Рерихе).

...А многие наши гениальные поэты? Они не были признаны при жизни, так как писали не о том,

что было кому-то угодно, а то, что было у них в душе.

Сколько пришлось выстрадать Анне Ахматовой, но она всегда надеялась:

Я притворяюсь беззвучною зимой

И вечные навек захопну двери.

И все-таки узнают голос мой

И все-таки опять ему поверят.

Марина Цветаева... ее жизнь и поэзия – сплошные острые углы. Цветаева тоже надеется, что

когда-либо ее поймут и оценят:

Разбросанным в пыли по магазинам

Где их никто не брал и не берет!

Моим стихам, как драгоценным винам,

Настанет свой черед.

Видимо, эти поэты родились раньше своего времени.

Ника Турбина родилась в 1974 году в Ялте. Училась в школе, которую когда-то окончила

гимназистка Марина Цветаева. Когда Нике было всего 9 лет, она написала...Друзей ищу, я

растеряла их:

Слова ищу - они ушли с друзьями.

Я дни ищу...

Как быстро убегали

Они вослед идущим от меня.

Уже в 9 лет Ника почувствовала себя одинокой.

Приложение 2

МИНИ – сценки

Сценка 1

Группа школьников (привычно одетых) встречают ребят, одетых и причесанных не так как они,

а странно, необычно. Школьники, оживленно говорившие, умолкают, смеются, показывают на

этих ребят пальцами.

Сценка 2

Выходит художник с мольбертом и рисует. К нему подходят двое ребят, смотрят,

переглядываются, крутят пальцем у виска.

### **Занятие «Мои ценности»**

Цель:

- развитие понятийного мышления

Задание: Что такое «ценность»? От какого слова образовано слово «ценность»? (Что-то дорогое, очень важное, значимое для человека).

## 2. Индивидуально - групповая работа: «Перечень ценностей»

Цель:

- развитие группового взаимодействия,
- выявление перечня жизненно важных ценностей,

Задание. 1 этап в группе: составьте перечень ценностей, запишите их на отдельных

листочках и оформите на магнитной доске. (Человек, жизнь, здоровье, мир, семья, природа,

творчество, дружба, образование, учеба, работа, дом, счастье, отдых, деньги и т.д.)

2 этап (самостоятельная работа в тетради): определите, какие ценности для вас наиболее

значимы. Выберите 5 пунктов и запишите их в тетради.

Обсуждение. Есть материальные ценности, а есть и духовные. Чем они отличаются?

- Выбранные вами ценности относятся к каким: материальным или духовным?

- Какая группа ценностей наиболее важная?

(Обе группы важны. Должен быть баланс).

- А какая самая высшая, абсолютная ценность?

(Самая высшая ценность – это сам человек, его жизнь).

## 3. Упражнение: «Незаконченные предложения»

Цель: осознание необходимости иметь свое занятие, хобби, формирование здоровых

увлечений

Задание.

Допиши:

Я увлекаюсь \_\_\_\_\_

Мне это нравится потому, что \_\_\_\_\_

Обсуждение: почему важно человеку в жизни иметь увлечения и хобби?

4. Групповая работа: «Послание жителям поселка»

Цель:

- формирование любви к своей малой Родине,
- групповое взаимодействие,
- формирование умения публичного выступления.

Задание. Экология, природа, Родина тоже важные ценности. Поселок

Майский – это наша

малая Родина.

1 этап. В группе: выясните, какие проблемы существуют в поселке?

2 этап. Выберите одну, наиболее важную проблему. Определите, что вы можете предложить

для решения этой проблемы? Запишите конкретные предложения.

Сформулируйте призыв к

жителям поселка.

3 этап: защитите свой проект.

Обсуждение: чей проект был наиболее реальным и убедительным?

5. Рефлексия:

Цель:

- развитие рефлексивных навыков

Задание:

1. Вспомните по порядку, что мы сегодня делали на уроке?

2. Пропишите в тетради:

- Чему новому я сегодня научился?
- Что нового я узнал о себе?
- Где и как я буду применять знания?

Занятие № 11

«Я учусь ставить цели»

1. Упражнение: «Ассоциации»

Цель:

- введение в тему,
- развитие понятийного мышления.

Задание: когда я говорю слово «цель», какие ассоциации вам «приходят в голову»?

Обсуждение.

- На какие группы можно разделить предложенные ассоциации?
- Как можно сформулировать понятие «цель»? (Цель – конечный, желаемый результат какого-либо действия или деятельности.)

2. Упражнение «Мои цели». (Самостоятельная работа в тетради).

Цель: осознание и формулирование своих жизненных целей.

Задание.

1) Десять занятий мы пытались с вами лучше себя узнать, найти свои сильные и слабые стороны. У каждого из нас есть та личностная сфера, над которой необходимо поработать.

Ответьте на вопрос: «Что я хочу улучшить?» в отношениях:

- С друзьями или одноклассниками.
- С родителями.

В отношении:

- Своей учебы, здоровья или увлечений.
- Своих умений или личностных качеств.

Выберите самые главные для себя сферы. Сформулируйте в этих сферах цели. Обратите

внимание, чтобы ваша цель была конкретной, достижимой, не мешала другим людям, выполнить

ее вы могли сами. Запишите в тетрадь.

2) Подумайте и запишите, кто и что вам может помочь в достижении цели?

Какие ресурсы у

вас уже есть: качества, конкретные умения, люди и др.

3) Придумайте к каждой цели свой символ, нарисуйте их в кружочках

Мои

цели

4) Выберите самую главную цель и подумайте, как вы будете ее достигать.

Напишите

конкретные пункты плана.

Обсуждение (на примере желающих). Продолжи: Я хочу... Для этого я буду делать... Мне в

этом может помочь...

- Получилось ли сформулировать правильно цель? Результат должен быть конкретным,

достижимым, зависим от вас, а не от других людей. Цель не должна мешать развиваться другим

людям?

3. Упражнение: «Листок за спиной»

Цель:

- формирование доброжелательного отношения друг к другу

Задание:

- подумайте про каждого одноклассника, что хорошего в нем уже есть, какие качества,

умения. Что у него хорошо получается? Что вы можете ему пожелать? Об этом вам нужно

написать каждому однокласснику на листе, который прикреплен на его спине.

4. Рефлексия:

Цель:

- развитие рефлексивных навыков

Задание:

1. Вспомните по порядку, что мы сегодня делали на уроке?
2. Пропишите в тетради:
  - Чему новому я сегодня научился?
  - Что нового я узнал о себе?
  - Где и как я буду применять знания?

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева Т. Если родители курят. Книга для детского врача, а также для некурящих родителей - Киев, 2002
2. Богданова О.С., Петрова В.И. Воспитание культуры поведения учащихся 1-3 классов – “Просвещение”, М, 1978
3. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. Методическое пособие для педагогов-психологов – Издательство Новосибирского университета, Новосибирск, 1999
4. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. – СПб.: Питер, 2006. – 160с.
5. Гущина Т.Н. Я и мои ценности...:Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников. – М.: АРКТИ, 2008. – 128с.
- 6.Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. – СПб.: Речь,2008. – 336с.
7. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы / О.Н Истратова, Т.В. Эксакусто. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 510с.
8. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, технологии, консультирования, занятия, тренинги/ авт.-сост. М.Ю.Михайлина, М.А. Павлова, -Волгоград: Учитель,2009,-207 с.

#### Интернет- ресурсы

<http://viro.edu.ru/wp-content/uploads/>

