

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»  
МУ ДО «ЦППМиСП»

Рассмотрена:  
Педагогическим советом МУ ДО  
«ЦППМиСП»  
Протокол № 4  
«30» мая 2024г.

Принята: Методическим  
советом МУ ДО «ЦППМиСП»  
Протокол № 7  
«30» мая 2024г.

Утверждаю:  
директор МУ ДО «ЦППМиСП»  
Т.В. Балыгина  
приказ от «31» мая 2024г. № В7



Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
**«Профилактика приобщения учащихся  
к употреблению психоактивных веществ»**

Направленность: социально -  
гуманитарная  
Уровень сложности содержания –  
стартовый  
Возраст учащихся – 9-18 лет  
Срок реализации – 1 месяц  
Составители:  
Балыгина Т.В., Костромина А.В.,  
Фролов А.А. –  
педагоги дополнительного  
образования;  
Латкин А.Ю.-  
педагог-психолог

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Профилактика приобщения учащихся к употреблению психоактивных веществ» (далее - программа) составляется в соответствии с действующими нормативными правовыми актами и документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/?ysclid=lwrrirwgd6266574295](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/?ysclid=lwrrirwgd6266574295);

- Федеральным законом от 29.12.2010 № 436-ФЗ (последняя редакция) «О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551);

- Указом Президента РФ от 23 ноября 2020 г. N 733 «Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/74938781/?ysclid=lvoyvdw5v5758853131#friends>;

- Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015?ysclid=lwoxhs7mfu137214852&index=1>;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/?ysclid=li32z1bq5o229464864>;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/73178052/?ysclid=li330udbh8832793959>;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05. 2015 № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>;

- Концепцией профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года // Письмо Министерства просвещения РФ от 24.06.2021 № АЗ-16/07 «О направлении Концепции» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://base.garant.ru/401597320/#block\\_1000](https://base.garant.ru/401597320/#block_1000);

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>;

- Постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/400289764/?ysclid=li339m2s4p438841429>;

- Постановлением Правительства Республики Коми от 11.04. 2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>;

- Планом мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Коми (утвержден распоряжением Правительства Республики Коми от 06.09.2022 № 385-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/405263135/?ysclid=li33etlq3i252804576>;

- Решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011-61 «О Стратегии социально-экономического развития муниципального образования городского округа «Сыктывкар» до 2035 года» (с изменениями на 23 июня 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>;

- Методическими рекомендациями Министерства образования и молодежной политики Республики Коми по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 № 07-13/631 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sykt-uo.ru/files/-----pdf?ysclid=li33hnzjce205693060>;

- Примерной программой воспитания, утвержденной на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://form.instrao.ru>;

- Уставом МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/>;

- Лицензией на осуществление деятельности МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/>;

- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительным общеразвивающим программам МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/>.

Согласно Указу Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» список целей возглавляет «сохранение населения, укрепление здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи», одной из задач по достижению которой обозначено «снижение к 2030 году суммарной продолжительности временной нетрудоспособности граждан в трудоспособном возрасте на основе формирования здорового образа жизни, создания условия для своевременной профилактики заболеваний и привлечения граждан к систематическим занятиям спортом». В «Стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» одним из приоритетных направлений работы с молодёжью является духовно-нравственное воспитание молодого поколения. В качестве основных мер и задач по реализации указанного направления обозначены формирование приоритета и навыков здорового образа жизни, профилактика алкоголизма и наркомании в молодежной среде. Освоение программы «Профилактика приобщения учащихся к употреблению психоактивных веществ» способствует достижению упомянутых стратегических целей через реализацию поставленных задач, поскольку содействует овладению учащимися знаниями, установками и навыками ответственного поведения, способствующими формированию мотивации к здоровому образу жизни.

*Уровень программы* – стартовый. Освоение программного материала данного уровня предполагает овладение учащимися первоначальными знаниями и навыками в рамках формирования культуры здорового образа жизни и безопасного поведения.

Реализация программы направлена на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, первичную профилактику приобщения к употреблению психоактивных веществ (далее - ПАВ) в соответствии с Концепцией профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде на период до 2025 года.

*Направленность* – социально-гуманитарная.

*Актуальность программы.* К числу наиболее актуальных проблем относится распространенность употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних и молодежи, на противодействие которой направлена предлагаемая программа. Она сформулирована в Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде: «Распространенность употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних и молодежи на протяжении многих лет продолжает оставаться одной из ведущих социально значимых проблем нашего общества, определяющих острую необходимость организации решительного и активного противодействия».

Необходимость в системной профилактической работе на уровне муниципалитета подтверждается статистикой ежегодного мониторинга по итогам реализации программы по профилактике употребления ПАВ учащимися, проводимого педагогами муниципального учреждения дополнительного образования «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (далее – МУ ДО «ЦППМиСП»). Результаты анализа

первичных анкетных данных за 2022-2023 учебный год свидетельствуют, что ситуация с вовлечением учащихся в употребление ПАВ продолжает оставаться актуальной.

Так, 26% учащихся 3-4 классов отмечают, что знакомы со вкусом и действием тех или иных ПАВ. Учащиеся 5-6 классов наблюдают курение среди друзей (20%), родственников (48%) и незнакомых людей (95%), употребление алкоголя среди друзей (3%), родственников (55%) и незнакомых людей (73%), употребление наркотиков среди друзей (1,6%), родственников (1,6%) и незнакомых людей (9,7%).

18% учащихся 5-6 классов (14% в прошлом учебном году) уже пробовали алкоголь. 7,7% из них уже получили предложение попробовать наркотики.

Среди учащихся 7-11 классов отмечают, что курят 4%, употребляют алкоголь 1-2 раза в месяц и чаще 5%, пробовал наркотики 1%.

Данная программа призвана помочь в снижении остроты обозначенных проблем на уровне системного проведения первичной профилактики в муниципальных образовательных организациях (далее – МОО).

#### *Отличительные особенности.*

Программа построена на основе:

- программы для начальной школы по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми: «Полезные привычки» под общей редакцией О.Л. Романовой;

- программы профилактики злоупотребления ПАВ у младших школьников «Волшебная страна Чувств» Гусевой Н.А.;

- программы по предупреждению употребления психоактивных веществ для 5-7 классов средней школы «Полезные навыки» под редакцией О.Л. Романовой;

- программы профилактики злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами среди подростков и молодежи «Формирование здорового жизненного стиля», авторы - Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Зыков О.В.;

- программы профилактики злоупотребления психоактивными веществами «Обучение жизненно важным навыкам в школе», авторы - Н.П. Майорова, Чепурных Е.Е., Шурухт С.М.;

- рекомендаций по созданию Школы содействия здоровью Шатохиной Л.Ф.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что в ней представлен охват участников с максимально широкой возрастной характеристикой – с 9 до 18 лет. Это позволяет реализовывать программу практически во всех классах образовательной организации, что играет значительную роль в реализации системности в профилактической работе. Для достижения такого возрастного охвата в программе предусмотрено четыре года обучения в соответствии с четырьмя возрастными группами различных психологических особенностей: 9-11 лет (3-4 классы), 11-13 лет (5-6 классы), 13-15 лет (7-8 классы), 15-18 лет (9-11 классы).

Каждый год обучения представлен в программе соответствующим тематическим разделом:

- «Я здоровье берегу, сам себе я помогу» (3-4 классы).
- «Здоровое будущее – результат моего выбора» (5-6 классы).
- «Ступеньки взросления моего Я» (7-8 классы).
- «Границы свободы» (9-11 классы).

*Адресат программы.*

Программа рассчитана на учащихся 3-11 классов МОО, а также учащихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), в том числе детей-инвалидов, инклюзивно включенных в образовательный процесс учебных групп.

Реализуемый в первый год обучения тематический раздел программы направлен на работу с учащимися 9-11 лет. Переход от детства к отрочеству характеризуется своеобразным мотивационным кризисом, вызванным сменой социальной ситуации развития и изменением содержания внутренней позиции школьника. Общими чертами младших школьников являются: восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия алкоголизации, табакокурения, или даже способствовать формированию установки на «престижность» потребления табака и алкоголя с уже осознанным намерением уравнивать себя со взрослыми.

Реализуемый во второй год обучения тематический раздел программы рассчитан на охват учащихся 11-13 лет. Характерной чертой учащихся данного возраста, является повышенная внушаемость, склонность к группированию и подражательным действиям. Попадая в тяжёлые ситуации, не умея владеть собою, не находя выхода из этого положения, подросток теряет себя и находит утешение во вредных привычках.

Целевая категория тематического раздела третьего года обучения – учащиеся 13-15 лет. Подросткам в этом возрасте свойственна острая тяга к демонстрации собственной взрослости, признания себя в качестве субъекта «взрослой жизни». В силу несформированности ценностного отношения к собственному здоровью это, зачастую, сопровождается приобщением к употреблению психоактивных веществ.

Соответствующий тематический раздел четвёртого года обучения программы посвящён работе с учащимися 15-18 лет. Как старший подростковый возраст, так и юношество знаменуются бурным психофизиологическим развитием и перестройкой социальной активности. Мощные сдвиги, происходящие во всех областях жизнедеятельности, делают эти возрастные периоды «переходными» от детства к взрослости, богатые драматическими переживаниями, трудностями и кризисами. В эти периоды складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера, способы эмоционального реагирования, это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становление «Я», обретение новой социальной позиции. Вместе с тем – это время потери детского мироощущения, появление чувства тревожности и психологического дискомфорта.

Все эти возрастные особенности являются первопричинами для отклоняющегося (девиантного) поведения, в том числе употребления ПАВ.

Представленные ориентиры и проблемные зоны в области психического и социального развития учащихся в равной степени актуальны для всех категорий детей с ОВЗ, с инвалидностью, инклюзивно включенных в образовательный процесс учебных групп. Для учащихся с ОВЗ, детей - инвалидов, инвалидов всех нозологических групп характерным является следующее: особенности приема, переработки, хранения и использования информации; специфическое формирование понятий; снижение темпа деятельности; снижение работоспособности при длительных умственных и физических нагрузках; трудности адаптации к новым условиям; ограничения возможностей полноценного социального взаимодействия.

Программа реализуется в группах, сформированных на основании договоров о безвозмездном оказании услуг между муниципальными общеобразовательными организациями и МУ ДО «ЦППМиСП».

Условия набора учащихся: муниципальная образовательная организация направляет для обучения по программе всех желающих учащихся на основании согласия родителей (законных представителей).

Работа с учащимися 9-15 лет организуется в группах до 15 человек.

Работа со старшим подростковым возрастом (15-18 лет) организована с полным составом ученических групп.

*Срок освоения программы* – 4 года. Общий объем часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 23 часа.

Реализация тематического раздела осуществляется на одну учебную группу в течение одной учебной недели в качестве профилактического интенсива в год. Общий срок реализации программы на одну учебную группу составляет 1 месяц за четыре года обучения. Вследствие того, что тематические разделы обладают качеством преемственности, то есть не повторяют своего содержания, а дополняют и углубляют полученные знания, происходит выстраивание образовательного маршрута для учебных групп по освоению программы в течение всего обучения в школе. В соответствии с возрастными особенностями первый раздел разработан для учащихся уровня начального общего образования, второй и третий раздел – для учащихся уровня основного общего образования, четвёртый – для учащихся уровня среднего общего образования.

1 год обучения (3-4 классы): 5 часов.

2 год обучения (5-6 классы): 6 часов.

3 год обучения (7-8 классы): 6 часов.

4 год обучения (9-11 классы): 6 часов.

*Форма обучения:* очная. В период невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантина, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней, может быть организована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

*Формы организации образовательного процесса.* Деятельность учащихся на занятиях организуется в подгруппах, в парах, индивидуально.

*Вид занятий:* социально-педагогический тренинг, беседа, концерт-беседа, фотовыставка.

*Режим занятий:* до 90 минут в соответствии с расписанием реализации программы в общеобразовательной организации.

### 1.2. Цель и задачи

Цель программы: формирование мотивации к здоровому образу жизни посредством освоения учащимися знаний, установок и навыков ответственного поведения.

Задачи программы:

Год обучения	Задачи		
	Обучающие	Развивающие	Воспитательные
1 год	-содействовать овладению учащимися объективной, соответствующей возрасту информации о вреде никотина и алкоголя	-содействовать развитию положительных установок учащихся на здоровый и безопасный образ жизни	-способствовать воспитанию ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; -содействовать формированию у учащихся норм социально приемлемого поведения, ответственности за свои действия в ситуации выбора
2 год	-информировать о влиянии ПАВ на психику и организм, о причинах и последствиях зависимого поведения и наличии здоровой альтернативы (досуг, интеллектуальная и творческая деятельность, спорт, эффективное общение со сверстниками и взрослыми)	-развивать способность отстаивать собственную ценностную позицию в ситуации предложения ПАВ; критически относиться к употреблению ПАВ	-способствовать формированию установки на поиск оптимальных вариантов реагирования в ситуациях давления через опыт конструктивного поведения в ситуации выбора
3 год	-обучить навыкам конструктивного проблемопредолевающего поведения как альтернативы употреблению ПАВ и другим формам рискованного поведения	-способствовать развитию рефлексии и самоанализа, - способствовать развитию коммуникативных навыков	- содействовать развитию личностной и социальной компетентности в отношении принятия самостоятельных решений, ответственности за свои поступки, безоценочного восприятия себя и других
4 год	-информировать о причинах и последствиях употребления ПАВ в целях формирования объективного	-способствовать развитию навыков сопротивления давлению посредством развития информационной компетентности	способствовать выработке групповых норм и личной позиции, характеризующихся негативным отношением к употреблению ПАВ

	представления о проблеме	о учащихся в отношении последствий употребления ПАВ; - способствовать лучшему пониманию учащимися самих себя и освоению своих границ	
--	--------------------------	---	--

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебный план

№	Наименование тематических разделов по возрастным категориям/разделов, тем	Кол-во часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
<b>Первый год обучения</b>					
<b>1</b>	<b>Я здоровье берегу, сам себе я помогу (3-4 классы)</b>	<b>6</b>	<b>1,5</b>	<b>4,5</b>	
1.1	Учусь находить друзей	1	0,5	0,5	Текущий контроль Анкетирование (пре-опрос)
1.2	Полезные и вредные привычки	1	0,5	0,5	
1.3	Дым вокруг от сигарет – мне в том дыме места нет	1	0,5	0,5	
1.4	Правда об алкоголе	1	0,5	0,5	Текущий контроль. Тематическое лото
1.5	Учусь принимать решения	1	0,5	0,5	Промежуточная аттестация. Анкетирование (пост-опрос)
<b>Второй год обучения</b>					
<b>2</b>	<b>Здоровое будущее – результат моего выбора (5-6 классы)</b>	<b>6</b>	<b>1,5</b>	<b>4,5</b>	
2.1	Моё здоровье	2	0,5	1,5	Текущий контроль Анкетирование (пре-опрос)
2.2	ПАВ: факторы риска и защиты	2	0,5	1,5	Текущий контроль. Тематическое лото
2.3	Влияние, давление, ситуации	2	0,5	1,5	Промежуточная аттестация. Анкетирование (пост-опрос)
<b>Третий год обучения</b>					
<b>3</b>	<b>Ступеньки взросления моего Я (7-8 классы)</b>	<b>6</b>	<b>1,5</b>	<b>4,5</b>	
3.1	Положительный образ Я	2	0,5	1,5	Текущий контроль Анкетирование

					(пре-опрос)
3.2	Стресс и проблемопреодолевающее поведение	2	0,5	1,5	Текущий контроль. Тематическое лото
3.3	Зависимость – иллюзия ухода от проблем	2	0,5	1,5	Промежуточная аттестация. Анкетирование (пост-опрос)
<b>Четвёртый год обучения</b>					
<b>4</b>	<b>Границы свободы (9-11 классы)</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
4.1	Наркотики и молодежь	2	1	1	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
4.2	Причины зависимого поведения	2	1	1	Текущий контроль. Тематическое лото
4.3	Я выбираю песню	1		1	Промежуточная аттестация. Анкетирование (пост-опрос)
4.4	Наркотик-убийца	1	1		
<b>Итого объем программы</b>		<b>23</b>	<b>8,5</b>	<b>14,5</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного плана

#### *Первый год обучения*

#### **Раздел 1. «Я здоровье берегу, сам себе я помогу» (3-4 классы).**

##### **Тема 1.1. «Учусь находить друзей» (1ч.).**

*Теория:* Ценность человека как разумного существа. Важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни. Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды. Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества.

*Практика:* ритуал приветствия; текущий контроль (анкетирование); разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: упражнение «Линия жизни», мозговой штурм на тему «Мои ценности»; рефлексия; ритуал завершения занятия.

##### **Тема 1.2. «Полезные и вредные привычки» (1ч.).**

*Теория:* Актуализация понятия о полезных и вредных привычках, их значения для здоровья человека, взаимосвязь самочувствия человека, его взаимоотношений с окружающими в зависимости от его привычек.

*Практика:* ритуал приветствия; разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: групповая работа «Объясни пословицу», игра «Привычки полезные и вредные»; рефлексия; ритуал завершения занятия.

##### **Тема 1.3. «Дым вокруг от сигарет – мне в том дыме места нет» (1ч.).**

*Теория:* Представление о вредном влиянии табачного дыма на организм человека и о негативных последствиях курения, понимание механизма формирования табачной зависимости. Отрицательное отношение к курению.

*Практика:* ритуал приветствия; разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: работа в парах/группах опыт «Курительная машина», анализ сказки «Путешествие табачного дыма по организму человека»; рефлексия; ритуал завершения занятия.

#### **Тема 1.4. «Правда об алкоголе» (1ч.).**

*Теория:* Представление о вредном влиянии алкоголя на организм человека. Причины и последствия алкогольной зависимости. Отрицательное отношение к употреблению алкоголя.

*Практика:* ритуал приветствия; тематический контроль (тематическое лото); разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: опыт с губкой и водой, опыт с воздушным шариком, работа в парах «Причины употребления алкоголя»; рефлексия; ритуал завершения занятия.

#### **Тема 1.5. «Учусь принимать решения» (1ч.).**

*Теория:* Моделирование ситуации, в которых отказ – способ ответственного поведения, познакомить с формами отказа от психоактивных веществ.

*Практика:* ритуал приветствия; разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: опыт с ниткой «Механизм формирования привычки», ролевое моделирование ситуаций различных форм отказа от опасного предложения; промежуточная аттестация (анкетирование); рефлексия; ритуал завершения занятия.

### ***Второй год обучения***

#### **Раздел 2. «Здоровое будущее – результат моего выбора» (5-6 классы).**

##### **Тема 2.1. «Мое здоровье» (2ч.).**

*Теория:* Формирование представления о «Здоровье», физическом, социальном, психическом его аспектах; о влиянии общества на развитие человека и личного вклада в здоровый образ жизни.

*Практика:* ритуал приветствия; текущий контроль (анкетирование); разминка: участие в упражнении-энергизаторе «Стул справа»; основное содержание занятия: принятие правил группы, мозговой штурм: подбор ассоциаций к понятию «здоровье», составление карты здорового человека; рефлексия; ритуал завершения занятия.

##### **Тема 2.2. «ПАВ: факторы риска и защиты» (2ч.).**

*Теория:* Вредное влияние ПАВ на организм человека, формирование представлений об отказе как о способе ответственного поведения.

*Практика:* ритуал приветствия; текущий контроль (тематическое лото); разминка: упражнение-энергизатор «Поменяйтесь местами те, кто...»; основное содержание занятия: мозговой штурм по определению для термина «психоактивные вещества», работа в группах с карточками и вопросами; рефлексия; ритуал завершения занятия.

##### **Тема 2.3. «Влияние. Давление. Ситуации» (2 ч.).**

*Теория:* Дать представление о зависимости человека от множества факторов, о влиянии на него, о зависимости как о болезни, о зависимом поведении и необходимости развивать навыки сопротивления давлению, и умению принимать решения в опасных для жизни ситуациях.

*Практика:* ритуал приветствия; разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: обсуждение проблемных вопросов: «Нужно ли сопротивляться давлению?», «Как оказывать сопротивление?», ролевая игра «Спой, пожалуйста!», упражнение «Давление. Влияние. Ситуации», создание диафильма (в рисунках); промежуточная аттестация (анкетирование); рефлексия; ритуал завершения занятия.

### ***Третий год обучения***

#### **Раздел 3. «Ступеньки взросления моего Я» (7-8 классы).**

##### **Тема 3.1. «Положительный образ Я» (2ч.).**

*Теория:* Правила успешной работы на тренинговом занятии. Образ Я, самооценка, уровни самооценки, их отражение в поведении человека. Свобода выбора человеком своих мыслей и поступков, но свобода естественно ограниченная нормами, правилами, законами общества. Отличия и сходства между людьми, их ценность для взаимодействия в обществе.

*Практика:* ритуал приветствия; текущий контроль (анкетирование); разминка: упражнения - энергизаторы; основное содержание занятия: составление карты самооценки по опроснику «Моя вселенная», обсуждение притчи «Пречистая Дева и Христос», выполнение теста на самооценку В.В. Столина; рефлексия; ритуал завершения занятия.

##### **Тема 3.2. «Стресс и проблемопреодолевающее поведение» (2 ч.).**

*Теория:* Понятие «стресс», причины его возникновения, стадии развития, влияние на организм и психику, основные стратегии поведения человека в проблемных и стрессовых ситуациях: выплеск эмоций, уход, поиск социальной поддержки, разрешение проблемы; реальные и виртуальные проблемы; шаги решения проблемы.

*Практика:* ритуал приветствия; текущий контроль (тематическое лото); разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: «проживание» стрессовой ситуации в упражнении «Горячий стул», ролевое моделирование решения проблемных ситуаций, разработка алгоритма принятия решений; рефлексия; ритуал завершения занятия.

##### **Тема 3.3. «Зависимость — иллюзия ухода от проблем» (2 ч.).**

*Теория:* Употребление ПАВ – деструктивный способ ухода от проблем, зависимость: факторы риска и защиты, конструктивные способы взаимодействия в проблемной ситуации, свобода выбора, личная ответственность за свой выбор, свои поступки.

*Практика:* ритуал приветствия; разминка: упражнения-энергизаторы; основное содержание занятия: обсуждение сказки «Зеркала, уносящие радость», ролевая игра «Зависимость – иллюзорный способ решения проблемы»; индивидуальная рефлексия «Послание миру»; промежуточная аттестация (анкетирование); ритуал завершения занятия.

## Четвёртый год обучения

### Раздел 4. «Границы свободы» (9-11 классы).

#### Тема 4.1. «Наркотики и молодежь» (2 ч.).

*Теория:* Свобода человека, но свобода естественно ограниченная нормами, правилами, законами общества, зависимостями. Выбор как инструмент свободы.

*Практика:* Текущий контроль в форме педагогического наблюдения. Формулировка учащимися вопросов по теме индивидуально, в парах и микрогруппах.

#### Тема 4.2. «Причины зависимого поведения» (2 ч.).

*Теория:* Понятие «зависимость», рассмотрение социальных и психологических причин возникновения и развития зависимого поведения, объективизация групповых ценностных норм учащихся в отношении употребления ПАВ, моделирование ситуации выбора.

*Практика:* текущий контроль (тематическое лото); выполнение учащимися этапов теста-схемы «Я зависим»; упражнение «Спорные утверждения».

#### Тема 4.3. «Я выбираю песню» (1 ч.).

*Практика:* Концерт-беседа о выборе в пользу здорового образа жизни. Презентация биографического примера собственной успешной творческой самореализации педагога как необходимого элемента здорового и безопасного образа жизни. Промежуточная аттестация (анкетирование).

#### Тема 4.4. «Наркотик – убийца» (1 ч.).

*Практика:* Фотовыставка «Наркотик – убийца». Знакомство с текстовыми и фотографическими материалами, обладающими высокой степенью публицистической достоверности. Сбор отзывов.

### 1.4. Планируемые результаты программы

Год обучения	Результаты		
	Предметные	Личностные	Метапредметные
1 год	- учащиеся представляют последствия влияния никотина и алкоголя на организм и поведение человека; - знают о преимуществах здорового и безопасного образа жизни	- учащиеся демонстрируют ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, социально приемлемое поведение, ответственность за свои действия в ситуации выбора	- учащиеся применяют положительные установки на здоровый и безопасный образ жизни в ситуациях выбора
2 год	- знают о влиянии ПАВ на психику и организм и наличии здоровой альтернативы (досуг, интеллектуальная и творческая деятельность, спорт, эффективное общение	- используют оптимальные варианты реагирования в ситуациях выбора, давления	- отстаивают собственную ценностную позицию в ситуации предложения ПАВ, критически относятся

	со сверстниками и взрослыми)		к употреблению ПАВ
<b>3 год</b>	- используют элементы конструктивного поведения в стрессовой ситуации, как альтернативы употреблению ПАВ и другим формам рисковому поведению	-демонстрируют личностную и социальную компетентность в отношении принятия самостоятельных решений, ответственность за свои поступки	- анализируют собственное поведение и поступки в повседневной жизни - эффективны в коммуникациях
<b>4 год</b>	- знают о последствиях, причинах, путях распространения употребления ПАВ	- осознают групповые нормы, и проявляют личную позицию, характеризующуюся негативным отношением к употреблению ПАВ	- демонстрируют навыки сопротивления давлению; - демонстрируют принятие себя и своих границ

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Условия реализации программы**

#### **2.1.1. Материально-техническое обеспечение:**

- все занятия по программе реализуются на базе учебных кабинетов за исключением занятия «Наркотик - убийца», требующего помещения актового или спортивного зала;

- перечень оборудования учебного кабинета: классная доска, столы и стулья для учащихся и педагога;

- перечень технических средств обучения: компьютер, мультимедиа-проектор;

- перечень материалов, необходимых для занятий: мел, маркеры 3 шт., гитара акустическая, бланки анкет пре-теста для 3-4 классов 15 шт., бланки анкет пре-теста для 3-4 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки анкет пре-теста для 5-6 классов 15 шт., бланки анкет пре-теста для 5-6 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки анкет пре-теста для 7-8 классов 15 шт., бланки анкет пре-теста для 7-8 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки анкет пост-теста для 3-4 классов 15 шт., бланки анкет пост-теста для 3-4 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки анкет пост-теста для 5-6 классов 15 шт., бланки анкет пост-теста для 5-6 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки анкет пост-теста для 7-8 классов 15 шт., бланки анкет пост-теста для 7-8 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки итоговых анкет для 9-11 классов 30 шт., бланки итоговых анкет для 9-11 классов с увеличенным шрифтом 6 шт., бланки тематического лото для 3-4 классов 8 шт., бланки тематического лото для 3-4 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки тематического лото для 5-6 классов 8 шт., бланки тематического лото для 5-6 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., бланки тематического лото для 7-8 классов 8 шт., бланки тематического лото для 7-8 классов с увеличенным

шрифтом 3 шт., бланки тематического лото для 9-11 классов 15 шт., бланки тематического лото для 9-11 классов с увеличенным шрифтом 3 шт., тетрадь отзывов фотовыставки «Наркотик - убийца», модули фотовыставки 26 шт.;

- учебный комплект на каждого учащегося: тетрадь, ручка, карандаш, фломастеры, бумага А4 1 лист.

2.1.2. Учебно-методический комплекс программы (УМК) представлен в приложении №1.

## **2.2. Методы и технологии обучения и воспитания**

Занятия программы строятся на основе принципов профилактической работы, сформулированных в Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде:

✓ *принцип непрерывности* обеспечивает непрерывную и цикличную реализацию комплекса профилактических мер в образовательной среде, включая постоянное совершенствование компетенций несовершеннолетних и молодежи в сфере профилактики употребления ПАВ и формирования культуры безопасного и здорового образа жизни;

✓ *принцип многоаспектности* профилактики основан на понимании употребления наркотических средств и психотропных веществ как сложного социально-психологического явления, что обуславливает комплексное использование социальных, психологических и личностно-ориентированных технологий и форм профилактической деятельности, охватывающих основные сферы социализации обучающихся образовательных организаций;

✓ *принцип легитимности* определяет соответствие любых форм профилактической деятельности в образовательной среде законодательству Российской Федерации и осуществляется в порядке, установленном федеральными органами исполнительной власти, реализующими функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, с учетом приоритета интересов ребенка при ее реализации;

✓ *принцип ситуационной адекватности* профилактической деятельности определяет соответствие содержания и организации профилактики реалиям экономической и социальной жизни и ситуации, связанной с употреблением ПАВ, в стране и регионе.

В работе с учащимися 9-15 лет используются следующие *методы обучения*: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, практический, частично-поисковый, проблемное изложение знаний. Они позволяют учащимся быть активными участниками процесса получения навыков, принятия ответственных решений по вопросам, связанным с личностными, нравственными выборами. Сформировать необходимую для этого образовательную среду помогает используемый вид занятий – социально-педагогический тренинг. Социально-педагогический тренинг относится к методам, используемым в рамках технологии активного обучения. Организованная совместная деятельность в ходе тренингового занятия создает условия для тренировки необходимых жизненных навыков социального взаимодействия, умения подчиняться коллективной дисциплине и в то же

время отстаивать свои права. В тренинговом занятии создаётся специфический вид эмоционального контакта, сознание групповой принадлежности, солидарности, товарищеской взаимопомощи, даёт участнику чувство благополучия и устойчивости.

Общие сведения о структуре социально-педагогического тренинга:

1. Ритуал приветствия (позволяет спланировать участников группы, создать атмосферу группового доверия и принятия).
2. Разминка: воздействие на эмоциональное состояние учащихся, уровень их активности (позволяет активизировать, снять мышечное напряжение, настроить учащихся на продуктивную групповую деятельность).
3. Основное содержание занятия, направленное на решение задач данного занятия.
4. Рефлексия: выражение эмоционального отношения к занятию (кто что чувствовал) и обсуждение смысла происходящего (зачем мы это делали, почему это важно, что мы смогли через это узнать, понять).
5. Ритуал завершения занятия (по аналогии с ритуалом приветствия).

В работе с учащимися 15-18 лет используются элементы технологии развития критического мышления. Авторы технологии – Чарльз Темпл, Джинни Стил, Курт Мередит. В рамках развития критического мышления для активизации познавательного интереса как метод применяется постановка проблемного вопроса, что соответствует концепции деятельностного подхода в обучении.

Использование в процессе обучения интерактивных тренинговых элементов, ситуативного моделирования как педагогического приема, позволяет сделать шаг от информирования к ценностному ориентированию, способствует формированию у учащихся универсальных учебных действий, связанных с коммуникацией, отношением к чужому мнению, отстаиванию своих личностных ценностных позиций в процессе выработки и принятия групповых норм поведения.

В качестве иллюстративного материала используются авторские песни, а также материалы фотовыставки «Наркотик-убийца».

В основе работы по программе лежат технологии воспитания педагогики гуманистической направленности:

- педагогика сотрудничества;
- штайнер-педагогика.

Педагогика сотрудничества представлена как технология в «Манифесте гуманистической педагогики» за авторством группы педагогов-новаторов в 1986 году. В рамках педагогики сотрудничества основополагающим принципом является концепция «Равный обучает равного», которая регламентирует характер отношений «Учитель-Ученик» внутри образовательного процесса с позиции встречи Большого с Большим, когда учащийся рассматривается, во-первых, как человек. При этом образовательный процесс является результатом исключаящего какой-либо дидактизм сотрудничества. Такой подход максимально соответствует задачам профилактического воздействия, когда норма и ценностные ориентиры должны быть выработаны учащимися самостоятельно.

Одним из оснований современного системно-деятельностного подхода является формирование критического мышления. Источником технологии формирования критического мышления является Штайнер-педагогика (иначе – вальдорфская педагогика). Её создатель – немецкий философ Рудольф Штайнер. Штайнер-педагогика утверждает самостоятельное мышление целью обучения в рамках целостного образования современного человека. Эта технология дополняет ценностное ориентирование процессом анализа и выработкой суждений, обращает внимание учащихся на иррациональность употребления ПАВ, учит умению делать самостоятельный выбор и принимать решения на основе внимательного отношения к жизни.

Воспитательная работа по программе отражена в приложении №3 «План воспитательной работы на учебный год».

В рамках реализации программы проводится работа с родителями (законными представителями), которая проходит в форме тематических лекториев и собраний по итогам реализации каждого раздела программы (Приложение №4 «План работы с родителями (законными представителями) на учебный год»). Содержание лекториев актуализирует ситуацию с распространением тех или иных ПАВ и способов их употребления в муниципальном образовании на данное время, обращают внимание на необходимость профилактической работы на уровне семьи в рамках детско-родительских отношений. Родительские собрания по итогам проведённой работы проводятся с целью актуализации информации о близости проблемы приобщения учащихся к употреблению ПАВ в рамках конкретной параллели отдельно взятой муниципальной общеобразовательной организации, о результатах профилактической работы среди учащихся этой параллели.

### **2.3. Формы контроля, промежуточной аттестации.**

Используемые в программе виды контроля: текущий контроль, промежуточная аттестация.

Во всех разделах за исключением раздела «Границы свободы» текущий контроль (входящая диагностика) производится путём анкетирования. В разделе «Границы свободы» для учащихся 9-11 классов данный вид контроля производится путём педагогического наблюдения в процессе формулировки учащимися личных вопросов по теме занятия. Ситуация формулировки задаётся в форме проблемного вопроса «Что я не знаю о ПАВ (никотин, алкоголь, наркотики и т.д.)?». Затем частные вопросы проходят этапы обсуждения в парах и микрогруппах, выбираются более важные и общие. Итоговый список из 15 вопросов учащихся фиксируется педагогом на доске. Он определяет границы знания-незнания учебного коллектива и является определяющим для построения дальнейшей беседы. Усвоение полученных в ходе беседы базовых знаний проверяется на следующем занятии в форме «Тематического лото».

Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости,  
контрольно-измерительные материалы

**Первый год обучения**  
**Тематический раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»**  
**(3-4 классы)**

Виды контроля, промежуточная аттестация	Цель	Содержание	Форма	Контрольно-измерительные материалы. Критерии
<b>Текущий контроль Входящая диагностика</b>	Выявление первичных знаний, понятий по содержанию программы, готовности к работе по программе	Введение в деятельность	Анкетирование (пре-опрос)	Пре-опрос (вопросы №№ 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают правильные ответы на 8-9 вопросов; Средний уровень – 31-79%, учащиеся дают правильные ответы на 4-7 вопросов; низкий уровень – менее 30%, учащиеся дают правильные ответы на 0-3 вопроса
<b>Текущий</b>	Выявление уровня знаний по темам «Полезные и вредные привычки», «Дым вокруг от сигарет, мне в том дыме места нет», «Правда об алкоголе»	<b>Понятия:</b> Привычка Полезная привычка Вредная привычка Никотин Последствия курения Алкоголь Последствия употребления алкоголя Этапы формирования привычки Здоровье	Практическое задание	Тематическое лото Высокий уровень – 80-100%, учащиеся допускают 0-1 ошибку; средний уровень – 31-79%, учащиеся допускают 2-5 ошибок; низкий уровень – менее 30%, учащиеся допускают 6-9 ошибок
<b>Промежуточная аттестация</b>	Выявление уровня сформированности позитивного отношения к ЗБОЖ	Выявление развития позитивного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, как к социально-значимой ценности	Анкетирование (пост-опрос)	Пост-опрос (вопросы №№ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают правильные ответы на 6-7 вопросов; средний уровень – 31-79%, учащиеся дают правильные ответы на 2-5 вопросов; низкий уровень – менее 30%, учащиеся дают правильные ответы на 0-1 вопрос

**Второй год обучения**  
**Тематический раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора»**  
**(5-6 классы)**

<b>Виды контроля, промежуточная аттестация</b>	<b>Цель</b>	<b>Содержание</b>	<b>Форма</b>	<b>Контрольно-измерительные материалы. Критерии</b>
<b>Текущий контроль</b> <b>Входящая диагностика.</b>	Выявление первичных знаний, понятий по содержанию программы, готовности к работе по программе	Введение в деятельность	Анкетирование (пре-опрос)	Пре-опрос (вопросы №№ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают правильные ответы на 6-8 вопросов; средний уровень – 31-79%, учащиеся дают правильные ответы на 3-5 вопросов; низкий уровень – менее 30%, учащиеся дают правильные ответы на 0-2 вопроса
<b>Текущий</b>	Выявление уровня знаний по теме: «ПАВ: факторы риска и защиты»	Понятия: Влияние Давление Зависимость Выбор Решение Уверенное поведение Шаги принятия решения Фактор защиты Фактор риска	Практическое задание	Тематическое лото Высокий уровень – 80-100%, учащиеся допускают 0-1 ошибку; средний уровень – 31-79%, учащиеся допускают 2-5 ошибок; низкий уровень – менее 30%, учащиеся допускают 6-9 ошибок
<b>Промежуточная аттестация</b>	Выявление уровня сформированности позитивного отношения к ЗБОЖ	Выявление развития позитивного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, как к социально-значимой ценности	Анкетирование (пост-опрос)	Пост-опрос (вопросы №№ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают правильные ответы на 6-8 вопросов; средний уровень – 31-79%, учащиеся дают правильные ответы на 3-5 вопросов; низкий уровень – менее 30%, учащиеся дают правильные ответы на 0-2 вопроса

**Третий год обучения**  
**Тематический раздел «Ступеньки взросления моего Я» (7-8 классы)**

Виды контроля, промежуточная аттестация	Цель	Содержание	Форма	Контрольно-измерительные материалы. Критерии
<b>Текущий контроль</b> <b>Входящая диагностика</b>	Выявление первичных знаний, понятий по содержанию Программы	Введение в деятельность	Анкетирование (пре-опрос)	Пре-опрос (вопросы №№ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают положительные ответы на 10-12 вопросов; средний уровень – 31-79%, учащиеся дают положительные ответы на 4-9 вопросов; низкий уровень – менее 30%, учащиеся дают положительные ответы на 0-3 вопроса
<b>Текущий</b>	Выявление уровня знаний по теме проводимых занятий	<b>Понятия:</b> Зависимость Ответственность Стресс Конструктивное разрешение конфликта Самооценка Образ Я ПАВ Неагрессивное отстаивание своего мнения Психическое напряжение	Практическое задание	Тематическое лото Высокий уровень – 80-100%, учащиеся допускают 0-1 ошибку; средний уровень – 31-79%, учащиеся допускают 2-5 ошибок; низкий уровень – менее 30%, учащиеся допускают 6-9 ошибок
<b>Промежуточная аттестация</b>	Выявление уровня сформированности позитивного отношения к ЗОЖ	Выявление развития позитивного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, как к социально-значимой ценности	Анкетирование (пост-опрос)	Пост- опрос (вопросы №№ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают положительные ответы на 7-8 вопросов; средний уровень – 31-79%, учащиеся дают положительные ответы на 3-6 вопросов; низкий уровень – менее 30%, учащиеся дают положительные ответы на 0-2 вопроса

**Четвёртый год обучения**  
**Тематический раздел «Границы свободы» (9-11 классы)**

Виды контроля, промежуточная аттестация	Цель	Содержание	Форма	Контрольно-измерительные материалы. Критерии
<b>Текущий контроль</b> <b>Входящая диагностика.</b>	Выявление готовности к работе по программе	Введение в деятельность Вопросы к беседе: То, чего я не знаю о Наркотиках То, чего я не знаю об Алкоголе То, чего я не знаю о Никотине	Педагогическое наблюдение	Вопросы к беседе. Высокий уровень – 80-100%, более 80% учащихся активно участвуют в формулировке тематических вопросов, Средний уровень – 31-79%, порядка 30-80% учащихся активно участвуют в формулировке тематических вопросов, Низкий уровень – менее 30%, менее 30% учащихся активно участвуют в формулировке тематических вопросов
<b>Текущий</b>	Выявление уровня знаний по теме «Наркотики и молодежь»	<b>Понятия:</b> Наркотик Реабилитация Психическая зависимость Физиологическая зависимость Зависимое поведение Наркомания Электронный прибор для доставки никотина (вейп) Синтетический наркотик	Практическое задание	Тематическое лото Высокий уровень – 80-100%, учащиеся допускают 0-1 ошибку; средний – 31-79%, учащиеся допускают 2-5 ошибок; низкий – менее 30%, учащиеся допускают 6-9 ошибок
<b>Промежуточная аттестация</b>	Выявление уровня сформированности позитивного отношения к ЗБОЖ	Выявление развития позитивного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, как к социально-значимой ценности	Анкетирование (пост-опрос)	Пост- опрос (вопросы №№ 7, 8, 10) Высокий уровень – 80-100%, учащиеся дают ответы на 3 вопроса; средний уровень – 31-79%, учащиеся дают ответы на 1-2 вопроса; низкий уровень – менее 30%, учащиеся не могут ответить на вопросы

Оценочные материалы оформлены в приложении №2.

## 2.4. Список литературы

### 1. Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/?ysclid=lvrrirwgd6266574295](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/?ysclid=lvrrirwgd6266574295);

2. Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (последняя редакция) «О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551);

3. Указ Президента РФ от 23 ноября 2020 г. N 733 «Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/74938781/?ysclid=lvoyvdw5v5758853131#friends>;

4. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015?ysclid=lwoxhs7mfu137214852&index=1>;

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/?ysclid=li32z1bq5o229464864>;

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/73178052/?ysclid=li330udbh8832793959>;

7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05. 2015 № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>;

8. Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года // Письмо Министерства просвещения РФ от 24.06.2021 № АЗ-16/07 «О направлении Концепции» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://base.garant.ru/401597320/#block\\_1000](https://base.garant.ru/401597320/#block_1000);

9. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>;

10. Постановление главного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>;
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/400289764/?ysclid=li339m2s4p438841429>;
12. Постановление Правительства Республики Коми от 11.04. 2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>;
13. План мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Коми (утвержден распоряжением Правительства Республики Коми от 06.09.2022 № 385-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/405263135/?ysclid=li33etlq3i252804576>;
14. Решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011-61 «О Стратегии социально-экономического развития муниципального образования городского округа «Сыктывкар» до 2035 года" (с изменениями на 23 июня 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>;
15. Методические рекомендации Министерства образования и молодежной политики Республики Коми по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 № 07-13/631 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sykt-uo.ru/files/-----pdf?ysclid=li33hznzjce205693060>;
16. Примерная программа воспитания, утвержденной на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://form.instrao.ru>;
17. Устав МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/>;
18. Лицензия на осуществление деятельности МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/>;
19. Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительным общеразвивающим программам МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/>.

## 2. Список литературы для педагогов.

1. 127 полезных советов, или как уберечь детей от наркотиков: материалы для родителей / под ред. О.Л. Романовой. М.: «Полимед», 2001.
2. Кулакова Е.В. Методические рекомендации по организации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью с учетом нозологических групп: нарушения слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, расстройства аутистического спектра, задержка психического развития, умственная отсталость (интеллектуальные нарушения) / Е.В.Кулакова, М.М. Любимова – М.,: РУДН, 2020. – 60 с.
3. Кунигель, Т.В. Тренинг «Активизация внутренних ресурсов подростка» / Т.В. Кунигель. – СПб.: «Речь», 2006.
4. Методические рекомендации для учителя. Издание 3-е. / под ред. О.Л. Романовой. М.: «Полимед», 2000.
5. Общество против наркотиков. Информация, технологии, опыт: Российская антинаркотическая энциклопедия / под ред. Л.А. Бокерии, Е.П. Велихова и др. М., 2007.
6. По ту сторону удовольствия: методические рекомендации по профилактике наркомании среди подростков и молодёжи / под ред. С.А. Улановой, Сыктывкар, 2015.
7. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними: сб. программ / под науч. ред. Л.М. Шипицыной. – СПб.: «Образование – Культура», 2003. – 384 с.
8. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. – М.: «Генезис», 2001.
9. Романова, О.Л. Полезные тесты или как оценить эффективность превентивного обучения в средней школе. М.: «Полимед», 2002.
10. Сизанов, А.Н. Модульный курс профилактики курения. Школа без табака / А.Н. Сизанов, В.А. Хриптович. – Смоленск, 2004.
11. Фалькович, Т.А. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях. – М.: ВАКО, 2007. - 254 с.
12. Федосенко, Е.В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. – СПб.: «Речь», 2006.
13. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? – М.: «Генезис», 2002.
14. Хажилина, И.И. Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002.
15. Шатохина, Л.Ф. Проект «Обучение здоровью в образовательных учреждениях Российской Федерации». Рекомендации по организации учебного процесса. М., 2005. – 47-66 с.



## 16. Приложение №1

### Учебно-методический комплекс программы

#### 1. а) Каталог учебно-наглядных и дидактических пособий:

№ п/п	Модуль, тема	Вид, название пособия	Количество	Примечание
Для учащихся				
1	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Учусь находить друзей»	«Линия жизни»	1	Рабочий портфель
2	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Правда об алкоголе»	Наборы «Тематическое лото»	8	Рабочий портфель
3	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»	Плакат рекламы ПАВ (сигареты, алкоголь)	2	Рабочий портфель
4	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»	Плакат антирекламы ПАВ	1	Рабочий портфель
5	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»	Фотографии последствий употребления ПАВ	5	Рабочий портфель
6	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»	Плакат с сосудистой системой	1	Рабочий портфель
7	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «Давление, влияние, ситуации»	Памятка «Методы сопротивления давлению и шаги принятия решения»	15	Рабочий портфель
8	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «Давление, влияние, ситуации»	Иллюстрации «Диафильм, отражающий жизнь обучающегося после виртуальной проблемной ситуации выбора»	5	Рабочий портфель
9	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»	Наборы «Тематическое лото»	8	Рабочий портфель
10	Раздел «Ступеньки взросления моего «Я», тема «Стресс и проблемопреодолевающее поведение»	Карточки «Шаги принятия решений»	7	Рабочий портфель
11	Раздел «Ступеньки взросления моего «Я», тема «Стресс и проблемопреодолевающее поведение»	Наборы «Тематическое лото»	8	Рабочий портфель

12	Раздел «Границы свободы», тема «Причины зависимого поведения»	Наборы «Тематическое лото»	15	Рабочий портфель
13	Раздел «Границы свободы», тема «Наркотик - убийца»	Экспонаты фотовыставки «Наркотик - убийца»	26	Транспортировка грузовым автотранспортом
Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей-инвалидов				
14	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Правда об алкоголе»	Наборы «Тематическое лото»	3	Бланки с увеличенным шрифтом, рабочий портфель
15	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»	Наборы «Тематическое лото»	3	Бланки с увеличенным шрифтом, рабочий портфель
16	Раздел «Ступеньки взросления моего «Я», тема «Стресс и проблемопреодолевающее поведение»	Наборы «Тематическое лото»	3	Бланки с увеличенным шрифтом, рабочий портфель
Для педагогов				
18	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	Учебное пособие для начальной школы по предупреждению употребления детьми табака и алкоголя «Полезные привычки». Материалы для учителя. Москва, 1998г. Авторский коллектив: Т.Б. Гречаная, Л.Ю. Иванова, Л.С.Колесова, О.Л. Романова	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
19	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Учусь находить друзей»	«Рекомендации по созданию Школы содействия здоровью». Пособие для руководителя школ. Л.Ф. Шатохина. Москва, 2005г	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
20	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Учусь находить друзей»	«Я хочу провести тренинг». Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ / СПИД, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. Е. Яшина, Д. Камалдинов и др. Москва, 2003г.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
21	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Дым вокруг от сигарет, мне в том дыме места нет»; раздел «Здоровое будущее	«Профилактика наркомании у подростков. От теории к практике», Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажиллина И.И., Видерман Н.С. М.: Генезис, 2001	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к

	– результат моего выбора», тема «ПАВ: факторы риска и факторы защиты»; раздел «Границы свободы», тема «Наркотики и молодежь»	г.		употреблению ПАВ
22	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Дым вокруг от сигарет, мне в том дыме места нет»	«Рекомендации для педагогов-психологов по формированию здорового образа жизни, профилактике употребления психоактивных веществ, в т.ч. наркозависимости и табакозависимости среди учащихся учреждений общего образования». НОУВПО Московский психолого - социальный институт. Москва, 2011г.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
23	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Правда об алкоголе»	«Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними». Сб. программ / под науч. ред. Л.М. Шипициной. - СПб, 2003г.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
24	Раздел «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», тема «Учусь принимать решения»	«Профилактика зависимого поведения». Учебное пособие. Л.К.Гаврилина, В.Б. Пружинская. Сыктывкар 2002г	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
25	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «Мое здоровье»; раздел «Границы свободы», тема «Причины зависимого поведения»	Фопель К. Как научить детей сотрудничать? – М.: Генезис, 2002. – 541 с. <a href="http://www.twirpx.com/file/817516/">http://www.twirpx.com/file/817516/</a>	1	электронная версия
26	Раздел «Здоровое будущее – результат моего выбора», тема «Давление, влияние, ситуации»; раздел «Границы свободы», тема «Причины зависимого поведения»	Федосенко Е.В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. Монография. – СПб.: Речь, 2008. – 192 с. <a href="http://www.twirpx.com/file/1345824/">http://www.twirpx.com/file/1345824/</a>	1	электронная версия
27	Раздел «Ступеньки развития моего Я», тема «Положительный образ Я»	Учебное пособие для 5–7 кл. средней школы по предупреждению употребления ингалянтов и наркотиков. Рабочая тетрадь для 7 класса. О.Л.Романова, Л.С.Колесова, Т.Б. Гречанов. М.: Полимед 2001.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
28	Раздел «Ступеньки	Учебное пособие для 8 и 9	1	Библиотека

	развития моего Я», тема «Положительный образ Я»	классов средней школы по предупреждению употребления наркотиков и заражения ВИЧ. Рабочая тетрадь для 8 класса. Л.С.Колесова, О.Л.Романова. М.: Полимед 2002.		отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
29	Раздел «Ступеньки развития моего Я», тема «Стресс и проблемопреодолевающее поведение»	Методические рекомендации для учителя. Издание 3-е. /под ред. О.Л. Романовой. М.: Полимед, 2000.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
30	Раздел «Ступеньки развития моего Я», тема «Зависимость – иллюзия ухода от проблем»	Модульный курс профилактики курения. Школа без табака. А.Н.Сизанов, В.А.Хриптович, Смоленск. 2004.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
31	Раздел «Ступеньки развития моего Я», тема «Зависимость – иллюзия ухода от проблем»; раздел «Границы свободы», тема «Причины зависимого поведения»	По ту сторону удовольствия. Методические рекомендации по профилактике наркомании среди подростков и молодёжи / под ред. С.А. Улановой, Сыктывкар, 2015.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
32	Раздел «Ступеньки развития моего Я», тема «Зависимость – иллюзия ухода от проблем»	Полезные тесты или как оценить эффективность превентивного обучения в средней школе. О.Л. Романова. М., Полимед, 2002.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
33	Раздел «Границы свободы», тема «Наркотики и молодежь»	Общество против наркотиков. Информация, технологии, опыт / Российская антинаркотическая энциклопедия под ред. Бокерии Л.А., Велихова Е.П. и др. М., 2007.	1	Библиотека отдела профилактики приобщения учащихся к употреблению ПАВ
34	Раздел «Границы свободы», тема «Причины зависимого поведения»	Фалькович Т.А. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях. - Москва: ВАКО, 2007. - 254 с.- (Педагогика. Психология. Управление).	1	Электронная версия Диск

б) Электронные варианты программ, заявленных в пояснительной записке к программе.

- Гусева, Н.А. Волшебная страна Чувств. Программа профилактики злоупотребления ПАВ у младших школьников // <https://refdb.ru/look/1569474-pall.html>;
- Зыков, О.В. Формирование здорового жизненного стиля. Программа профилактики злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами среди подростков и молодежи / Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Зыков О.В. // <https://fobr.ru/wp-content/uploads/2017/12/kontseptualnaya-programma-profilaktiki-narkomanii.pdf>;
- Колесова, Л. Полезные навыки. Программа для начальной школы по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми / Колесова Л., Романова О. // [http://cln-school.ucoz.ru/ruzavina/poleznye\\_privychki\\_2.doc](http://cln-school.ucoz.ru/ruzavina/poleznye_privychki_2.doc);
- Колесова, Л. Полезные привычки. Программа для начальной школы по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми / Колесова Л., Романова О. // [http://cln-school.ucoz.ru/ruzavina/poleznye\\_privychki\\_2.doc](http://cln-school.ucoz.ru/ruzavina/poleznye_privychki_2.doc);
- Майорова, Н.П. Обучение жизненно важным навыкам в школе. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами / Н.П. Майорова, Чепурных Е.Е., Шурухт С.М. // [https://rusneb.ru/catalog/010003\\_000061\\_afb67c0fee10d2ff0d583620149d675d/](https://rusneb.ru/catalog/010003_000061_afb67c0fee10d2ff0d583620149d675d/);
- Шатохина, Л.Ф. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса. М., 2005 / [https://www.studmed.ru/shatohina-lf-obuchenie-zdorovyu-metodicheskie-rekomendacii-po-organizacii-uchebnogo-processa\\_5a9f9e79a18.html](https://www.studmed.ru/shatohina-lf-obuchenie-zdorovyu-metodicheskie-rekomendacii-po-organizacii-uchebnogo-processa_5a9f9e79a18.html).

2. Информационно-методическое обеспечение (каталог материалов, в том числе электронных, используемых при реализации программы). Электронные образовательные ресурсы (аудио, видео), специальные компьютерные программы, информационные технологии:

№ п/п	Название	Носитель	Количество
1	Видео-опыт «Курительная машина»	диск	1
2	Видеоролик «Правда об алкоголе»	диск	1

### 3.Словарь терминов:

№ п/п	Раздел программы	Понятие	Определение
1	«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	<b>Тренинг</b>	Форма активного обучения, направленная на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок.
2		<b>Жизненные ценности</b>	Это то, что люди считают важным для их жизни, что образует цели и мотивы их деятельности, о чем они мечтают и к чему они стремятся, достижение чего образует смысл их жизни.
3		<b>Здоровье</b>	Состояние полного физического, ментального и социального благополучия (по ВОЗ).
4		<b>Привычка</b>	Поведение или образ действий, ставшие для человека обычными, постоянными.
5		<b>Полезные привычки</b>	Привычки, которые приносят пользу организму человека и вызывают положительные чувства у окружающих.
6		<b>Вредные</b>	Привычки, которые приносят вред организму

		<i>привычки</i>	человека и/или вредят окружающим.
7		<i>Никотин</i>	Яд растительного происхождения без запаха и цвета, влияющий на весь организм целиком.
8		<i>Пассивное курение</i>	Вдыхание окружающего воздуха с содержащимися в нём продуктами курения табака другими людьми в закрытом помещении.
9		<i>Дыхательная система</i>	совокупность органов, обеспечивающих функцию внешнего дыхания человека ( газообмен между вдыхаемым атмосферным воздухом и циркулирующей по малому кругу кровообращения кровью).
10		<i>Эмфизема</i>	Заболевание дыхательных путей.
11		<i>Рак легкого</i>	Смертельно опасное заболевание дыхательной системы.
12		<i>Спирт</i>	Бесцветная жидкость, яд.
13		<i>Алкогольная зависимость</i>	Хроническое заболевание, которое характеризуется чрезмерной тягой к алкогольным напиткам и систематическим употреблением их, несмотря на негативные последствия.
14		<i>Уверенный отказ</i>	Поведение человека, когда он чувствует себя уверенно, смотрит в глаза собеседнику, вежливо общается, отвечает четко и понятно.
15		<i>Неуверенный отказ</i>	Поведение человека, когда он ведет себя неуверенно, скромно, у него выраженный боязливый взгляд.
16	«Здоровое будущее — результат моего выбора»	<i>Физическое здоровье</i>	Текущее состояние функциональных возможностей органов и систем организма.
17		<i>Психическое здоровье</i>	Состояние психической сферы человека, характеризующееся общим душевным комфортом, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и обусловленное потребностями биологического и социального характера.
18		<i>Социальное здоровье</i>	Система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде.
19		<i>Здоровье (по В.П.Казначееву)</i>	Процесс сохранения и развития биологических, психических, физиологических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности человека при максимальной продолжительности его активной жизни.
20		<i>Здоровый образ жизни</i>	Устойчивый стереотип поведения человека, направленный на сохранение и укрепление здоровья, продление жизни; поведение человека, которое отражает определенную жизненную позицию, направлено на сохранение и укрепление здоровья и основано на выполнении норм, правил и требований личной и общей гигиены.
21		<i>ПАВ (психоактивные вещества)</i>	Любое вещество (или смесь) естественного или искусственного происхождения, которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния, иногда вплоть до изменённого состояния сознания. ПАВ – это химические и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое

		состояние, вызывающие болезненное пристрастие (наркотики, транквилизаторы, алкоголь, никотиносодержащие вещества и другие средства и вещества).
22	<b>Никотин</b>	Химическое соединение, содержащийся в табаке, при курении которого всасывается в организм; сильный яд, который в малых дозах действует возбуждающе на нервную систему, в больших – вызывает ее паралич (остановку дыхания, прекращение сердечной деятельности). Сульфат никотина применяют для борьбы с вредителями сельскохозяйственных растений.
23	<b>Алкоголь (алкогольный напиток)</b>	Любой напиток, содержащий токсическое вещество – этанол. В небольших количествах он действует на организм как стимулятор, в умеренных и больших количествах угнетает деятельность организма. Особенно опасно употребление алкоголя в сочетании с другими психоактивными веществами.
24	<b>Наркомания</b>	Состояние периодической или хронической интоксикации натуральным или синтетическим наркотическим веществом, характеризующиеся влечением к данному веществу, а также психической и физической зависимостью от эффекта этого вещества.
25	<b>Реклама</b>	Информация, распространенная любым способом, в любой форме и с использованием любых средств, адресованная неопределенному кругу лиц и направленная на привлечение внимания к объекту рекламирования, формирование или поддержание интереса к нему и его продвижение на рынке.
26	<b>Миф</b>	Замена разумного основания некоторого суждения или поступка, когда истинное основание мнения или поступка недоступно в силу своей сложности.
27	<b>Проблема</b>	Вопрос или целостный комплекс вопросов, возникший в ходе познания.
28	<b>Фактор риска</b>	Широкий круг условий, способных оказывать неблагоприятное влияние на физическое и (или) психическое развитие человека, опасное действие которых носит вероятностный характер, т. е. означает не неизбежность, а лишь более или менее вероятную угрозу возникновения отрицательных последствий. В зависимости от степени ее вероятности выделяют факторы высокого, умеренного и низкого риска.
29	<b>Фактор защиты</b>	Широкий круг условий, способных оказывать благоприятное влияние на физическое и (или) психическое развитие человека; наибольшее значение имеют социальные факторы, включающие, в частности, и медицину, и организацию здравоохранения, и личностные факторы, обуславливающие мотивацию к здоровью и здоровому образу жизни и включающие направленность личности на формирование, укрепление и сохранение здоровья.

30		<b>Альтернатива</b>	Возможность выбора из нескольких вариантов.
31		<b>Взаимодействие</b>	Процесс воздействия объектов друг на друга, порождающий их связь, в социальном плане – это контакт людей в процессе совместной работы и для описания взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в ходе совместной работы.
32		<b>Влияние</b>	Любое поведение одного человека, которое вносит изменения в поведение, отношения, ощущения и т.п. другого человека.
33		<b>Давление</b>	Социальный феномен, заключающийся в том, что люди чувствуют себя вынужденными соглашаться с каким-то отношением или мнением, когда они считают, что оно поддерживается большинством людей в их группе или обществе.
34		<b>Зависимость</b>	Состояние человека, когда он постоянно, не контролируя себя, употребляет какое-либо психоактивное вещество и не может остановиться. В случае если человек с зависимостью прекращает употребление психоактивного вещества, возникает синдром отмены, или абстинентный синдром. Абстинентный синдром – болезненное состояние лишения организма привычного психоактивного вещества.
35		<b>Зависимое поведение</b>	Разновидность отклоняющегося от нормы поведения, характеризующееся непреодолимой подчиненностью собственных интересов интересам др. личности или группы или чрезмерной и длительной фиксацией внимания на определенных видах деятельности или предметах, становящихся сверхценными, снижением или нарушением способности контролировать свою вовлеченность в какую-либо деятельность, а также невозможностью быть самостоятельным и свободным в выборе поведения.
36		<b>Выбор</b>	Принятие человеком одного решения из предложенного множества вариантов.
37		<b>Решение</b>	Выбранная альтернатива действия.
38		<b>Уверенное поведение</b>	Целенаправленное поведение, предполагающее точное представление своих целей и выстраивание собственных действий таким образом, что они позволяют приблизиться к намеченным целям: реалистичным, конкретным и позитивным; оно ориентировано на преодоление возникающих препятствий, а не на переживание по их поводу.
39		<b>Шаги принятия решений</b>	Последовательность действий, ведущих к достижению цели. Принятие решений – необходимый жизненный навык, регулирующий целенаправленное поведение.
40	«Ступеньки развития моего Я»	<b>Образ «Я»</b>	Целостное представление человека о самом себе
41		<b>Самооценка</b>	Оценка личности самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.
42		<b>Я-высказывание</b>	Высказывание о своём состоянии, своих чувствах от первого лица.
43		<b>Депрессия</b>	(От лат. <i>depressio</i> — подавление) - аффективное

		состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменением мотивационной сферы, когнитивных (связанных с познанием) представлений и общей пассивностью поведения.
44	<b>Проблема виртуальная</b>	Осознание субъектом невозможности разрешить трудности и противоречия, не существующие в реальности.
45	<b>Проблема реальная</b>	Осознание субъектом невозможности разрешить трудности и противоречия.
46	<b>Конфликт</b>	Столкновение сторон, интересов, мнений, сил.
47	<b>Конструктивное разрешение конфликта</b>	Способ достижения согласия между людьми.
48	<b>Психическое напряжение</b>	Психическое состояние, вызванное выполнением человеком сложной задачи, и оказывающее мобилизирующее действие на человека (конструктивное влияние, в отличие от напряженности), состояние повышенного функционирования организма и личности, напряжение сил.
49	<b>Стратегия поведения в конфликте</b>	Ориентация человека (группы) по отношению к конфликту, установка на определенные формы поведения в ситуации конфликта.
50	<b>Стресс</b>	обозначение обширного круга состояний человека, возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия (стрессоры).
51	<b>Стрессогенная ситуация</b>	Ситуация, содержащая некоторые объективные и субъективные характеристики с потенциальным риском (вероятностью) стрессового реагирования участников - субъектов данной ситуации.
52	<b>Стрессор</b>	фактор, вызывающий состояние стресса.
53	<b>Зависимость от ПАВ</b>	Комплекс физиологических, поведенческих и когнитивных явлений, при которых употребление психоактивного вещества или класса психоактивных веществ начинает занимать более важное место в системе ценностей человека, чем другие формы поведения, которые ранее были более важными для него. Основной описательной характеристикой синдрома зависимости является желание (часто сильное, иногда непреодолимое) употреблять психоактивные средства (которые могут быть или не быть предписаны врачом), алкоголь или табак.
54	<b>Конструктивное поведение</b>	Направленность на решение проблем, однозначную мотивацию и четкое представление цели, осознанность поведения, наличие в поведении реакций определенных изменений внутриличностного характера и межличностного взаимодействия.
55	<b>Неагрессивное отстаивание своего мнения</b>	Поведение, позволяющее честно и открыто высказывать своё мнение, не нарушая прав окружающих.
56	<b>Ответственность</b>	Осуществляемый в различных формах контроль над деятельностью субъекта с точки зрения выполнения

			норм и правил.
57	«Границы свободы»	<b>Группа риска злоупотребления психоактивными веществами</b>	Группа детей, подростков и молодежи, выделенная на основании набора социально-демографических, личностных, психологических и сомато-физических признаков, характеризующаяся установками на систематическое употребление алкоголя, наркотических средств и иных ПАВ с высокой вероятностью развития болезненных форм зависимости. Группа риска является самостоятельным объектом профилактики.
58		<b>Абстинентный синдром</b>	Или синдром отмены — болезненное состояние лишения организма привычного психоактивного вещества.
59		<b>Наркотик</b>	Психоактивное вещество, включенное в официальный государственный список вследствие социальной опасности из-за способности при однократном употреблении вызвать привлекательное психическое состояние, а при систематическом – психическую и физическую зависимость.
60		<b>Первичная профилактика</b>	Работа со здоровыми детьми и лицами из групп риска по употреблению ПАВ, реализуемая как педагогическая профилактика на основе социальных, педагогических и психологических технологий.
61		<b>Потребители наркотиков</b>	Лица, приобретающие наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача.
62		<b>Превентивное или профилактическое обучение</b>	Сочетание овладения детьми знаниями с формированием здоровых установок и навыков ответственного поведения в отношении здоровья. Превентивное обучение предполагает формирование положительного образа Я ребенка, навыков принятия ответственных решений и эффективного общения, сопротивления давлению средств массовой информации и сверстников и некоторых других навыков личностной и социальной компетентности.
63		<b>Профилактика употребления психоактивных веществ</b>	Комплекс социальных, образовательных, психологических и медицинских воздействий, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих распространению и употреблению ПАВ, на предупреждение развития и ликвидацию негативных личностных, социальных и медицинских последствий употребления ПАВ.
64		<b>Употребление психоактивных веществ</b>	Первичная проба, экспериментирование с приемом отдельных средств (наркотики, алкоголь, никотин-содержащие вещества) с целью изменения психического состояния, неоднократное употребление ПАВ без назначения врача, имеющее негативные медицинские, психологические и социальные последствия.