

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 4  
Невьянского городского округа

г. Невьянск, ул Долгих, 69

тел. 2-17-36, факс 4-20-09



Утверждаю:

Директор ОУ

(Колногоров С.Г.)

приказ № 18-09

от «31» 08

2022 г.

Программа профилактики зависимости  
обучающихся 6 – 8 классов

г.Невьянск

2022 год

## Пояснительная записка

Данная программа составлена в помощь педагогам-психологам и классным руководителям образовательных учреждений НГО. Поводом для составления программы явилась проблема современности – зависимость части населения от табака, алкоголя и наркотиков.

Количество зависимых, по данным Министерства здравоохранения, увеличивается с каждым годом и контингент зависимых молодеет. Этот факт вызывает беспокойство общественности. Профилактика потребления психоактивных веществ в организованных коллективах несовершеннолетних – одна из актуальных проблем современной наркологии и педагогики. Образовательные учреждения в процессе учебно-воспитательной деятельности имеют возможность влиять на формирование сознательного отношения обучающихся к себе, к своему выбору, к здоровому образу жизни, к выстраиванию жизненной перспективы. Профилактическое направление в работе педагога-психолога дает возможность проводить профилактику зависимостей с детьми, родителями, педагогами.

Целью первичной профилактики является предупреждение появления склонности к употреблению психоактивных веществ, т.е. – культурное воспитание, привитие жизнеутверждающих потребностей и навыков, способствующих сохранению и укреплению здоровья, развитию способностей достигать социального благополучия.

В основе программы лежит познавательно-развивающая деятельность обучающихся, которая дает определенный объем информации по проблеме и помогает выработать ценные для человека навыки социального общения.

Цель программы - формирование устойчивых механизмов противостояния внешним отрицательным факторам.

Задачи:

1. Способствовать овладению комплексом психологических знаний.
2. Способствовать формированию позитивного «образа – Я», адекватной самооценке.
3. Способствовать расширению ролевого репертуара, обеспечивающего улучшение коммуникации и способствующего безопасности процесса социального экспериментирования.

**Тематический план занятий**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во занятий</b>	<b>Цели и задачи</b>	<b>Наименование форм работы, упражнений</b>
1	Вступительное	1	Установление контакта с обучающимися, выработка групповых норм общения и мотивации на сотрудничество	Обсуждение принципов работы в группе. Упр. «Необычное приветствие» Упр. «Молекулы и атомы» Упр. в парах «Интервью» Домашнее задание
2	Понятие личности: «Кто я?, «Кто ты?»	1	Формировать у детей представление об их собственной уникальности и неповторимости; развивать представление о самом себе, формировать положительное отношение к себе	Обсуждение домашнего задания Упр. «Мое имя» Упр. «Изменение внешности» Упр. «Зеркало» Упр. «Я» Упр. «Похвала по кругу» Рисунок «Что мне в себе нравится?» Домашнее задание
3	Семья. Значение семьи для человека	1	Формировать у детей отношение к семье как ценности	Обсуждение домашнего задания Рисунок «Моя семья» Дискуссия на тему «Семья» Упр. «Кочки» Домашнее задание
4	Развитие личности. Самооценка.	1	Раскрыть понятие личности и пути ее формирования. Формирование адекватной самооценки, уверенности в себе.	Обсуждение домашнего задания Упр. «Я – личность» Упр. «Сравнение» Упр. «Моя сила, моя слабость» Работа в тройках Домашнее задание
5	Агрессивность. Уверенное и неуверенное поведение	1	Дать представление агрессивности и причинах ее возникновения. Формировать навыки уверенного поведения	Обсуждение домашнего задания Дискуссия «Уверенность и неуверенность в себе» Упр. «Паровозики» Упр. «Поросята. Котята, утята» Ролевые игры Домашнее задание
6	Стрессы. Способы борьбы со	1	Познакомить с понятием стресса,	Обсуждение домашнего задания

	стрессами		стадиями стресса. Отработать навыки борьбы со стрессом	Упр. «Преодолей препятствие» Упр. «Дракон» Упр. на глубокое дыхание «Маятник» Дискуссия «Стресс – хорошо это или плохо?» Мозговой штурм «Как бороться со стрессом?» Домашнее задание
7	Я и мои эмоции	1	Формировать представления об эмоциях, рассказать о видах эмоций. Познакомить с приемами владения своими эмоциями	Обсуждение домашнего задания Обсуждение «Виды эмоций» Дискуссия «Как справиться с эмоциями и управлять ими» Упр. «Море волнуется раз...» Упр. «Бабочка – ледышка» Упр. «Ужасно прекрасный рисунок» Домашнее задание
8	Подведение итогов	1	Обобщить полученные знания о себе как личности, закрепить навыки уверенного поведения и подкрепить адекватную самооценку.	Обсуждение домашнего задания Упр. «Да – нет» Упр. «Мой выбор» Упр. «Подведение итогов»