



Комитет по делам образования города Челябинска  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 141 г. Челябинска»

454047, г. Челябинск, ул. 60-летия Октября, 26а, телефон 736-26-68, ИНН 7450011809

СОГЛАСОВАНО:  
На педагогическом Совете  
Протокол № 1  
«31» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ: *Воснецова*  
Директор МБОУ  
«СОШ № 141 г. Челябинска»  
«31» августа 2022г.



**ПРОГРАММА  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АССОЦИАЛЬНЫХ ЯВЛЕНИЙ:  
«Пропаганда здорового образа жизни,  
противодействие табакокурению и алкоголизму  
среди подросткового поколения»**

Разработчик программы:  
Соснина Анастасия Евгеньевна,  
социальный педагог

Челябинск

## Пояснительная записка

Наказывать – по – русски значит поучать.  
Почать нужно только примером.  
Воздаяние же злом на зло, не поучает, а  
развращает.

Л.Н. Толстой

Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, и эта несовместимость принципиальная, ибо употребление алкоголя, курение табака препятствует утверждению любых сторон здорового образа жизни (оптимальная организация досуга, физическая активность, рациональное питание и т.д.). Вредные привычки входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний, существенным образом сказываются на состоянии молодежи и населения в целом.

В настоящее время злоупотребление алкоголем и курение несовершеннолетними и молодежью является одной из вредных и распространенных привычек.

Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, потребление алкогольных напитков достигло критического уровня. Возраст приобщения к курению и алкоголизму снижается до 8-10 лет.

Профилактика курения и алкоголизма – тема достаточно актуальная, не только в школах среди *подростков*, но и во всем мире. Основы пропаганды здорового образа жизни должны закладываться с юношеского возраста, а именно в стенах школы.

В системе профилактики табакокурения и алкоголизма среди молодежи основную роль играет внушение понимания вреда здоровью, в то время как способы поддержания здоровья наравне с отказом от вредных привычек и ведение здорового образа жизни как метод снижения риска аддиктивного поведения почти не рассматриваются. Высокую актуальность данного исследования определяет недостаточная изученность корня проблемы при проведении профилактики алкоголизма и табакокурения,



предпосылок к формированию у подростков мотивации для ведения здорового образа жизни и низкое разнообразие методик борьбы с курением на ранних стадиях зависимости.

Для того чтобы успешно преодолевать вредные привычки, заниматься профилактикой возникновения, необходимо представлять основные механизмы их формирования. Прежде всего, это подражание. Можно выделить несколько его видов. Во – первых, это умышленное подражание членов какой – либо компании, в которую подростков хочет быть принятым. Во – вторых, подражание может быть неосознанным. Так, сами курят и употребляют алкоголь родители. В - третьих, стремление все в жизни испробовать. Главным оказывается стремление не отставать от других, не упустить «свое».

Данная проблема знакома и жителям нашего небольшого микрорайона. МБОУ «СОШ № 141 г. Челябинска» находится на окраине Металлургического района, в ней обучаются 806 учащихся, из них 177 - учащиеся классов коррекционно – развивающего обучения. Многие дети проживают на значительном удалении от школы: в поселках Каштак Казенцево, в садоводческих товариществах «Металлург» и «Дружба». Также в школе обучаются дети из стран ближнего зарубежья. Социальная инфраструктура микрорайона школы: школа – интернат для детей – сирот № 13, социально – реабилитационный центр (приют), специализированная школа закрытого типа для малолетних преступников, детская областная психоневрологическая больница № 1.

Основная часть родителей занята на производстве и в социальной сфере. Определенный график работы (12 часов) сокращает время контактов с детьми и придает семейному воспитанию бесконтрольность. Материальное положение многих семей недостаточное. Пьянство, сквернословие, отсутствие нравственных и интеллектуальных ценностей у отдельных родителей и членов социума влияют на становление личности школьников, оказывают на них неблагоприятное морально –



психологическое воздействие. В результате обострения семейных проблем, значительная часть подростков отдаляется от родителей, следовательно, в сложных современных условиях семье требуется систематическая и квалификационная помощь со стороны образовательных учреждений. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости остается учитель.

Образование в школе, включает все разнообразие направлений, обеспечивает интересы детей всех возрастов, предполагает осуществление целенаправленного и систематического привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и воспитания, влияет на уровень притязаний и самооценку учащихся.

С учетом актуальности данной проблемы разработана программа по профилактике алкоголизма и табакокурения среди несовершеннолетних и формированию здорового образа жизни.

**Цель:**

1. Создание в школьной среде условий, препятствующих табакокурению, становление активно отрицательной позиции по отношению к табаку у большинства учащихся.
2. Реализация творческого потенциала подрастающего поколения и укрепление института семьи.
3. Устранение негативных факторов, способствующих табакокурению и употреблению алкогольной продукции.
4. Формирование жизненных навыков, включая умение эффективнее строить общение и взаимодействие с людьми.

**Задачи:**

1. Повышения уровня профилактической работы с подростками
2. Ознакомление учащихся с проблемой табакокурения и алкоголизма и их последствиями, к которому приводит табакокурения и употребление алкоголя через распространение листовок, литературы, информационные стенды, игры, конкурсы.

3. Приобщение учащихся к занятиям физической культурой и спортом.

**Решение:**

1. Создание программы.
2. Введение в план мероприятий профилактической направленности.
3. Разработка тематики профилактических мероприятий.

**Этапы работы:**

1. Организационный.

Создание рабочей группы по пропаганде здорового образа жизни, профилактике табакокурения.

2. Проектировочный.

Планирование мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, профилактике табакокурения.

3. Деятельность по программе профилактики табакокурения и алкоголизма, пропаганде ЗОЖ.

4. Подведение итогов. Анализ работы.

**Основные направления программы:**

1. Спортивные и здоровый образ жизни. Целью является здоровый образ жизни, занятия спортом.

2. «Курению - нет!». Целью является формирование социально – активной позиции подростка, развитие творческих способностей.

**Мероприятия по повышению эффективности работ по профилактике**

**табакокурения:**

➤ Включать родителей в деятельность по улучшению социально – педагогических условий в семье.

Участие родителей в этом процессе чрезвычайно важно. Особенно важно следить за тем, чтобы родители постоянно были в курсе того, что делается в школе, в которой учится их ребенок. Обменом информацией между домом и школой – это ключевая позиция.



- Систематизировать работы с ОДН и другими органами, которые привлекаются при работе с подростками.
- Внесение в планы работы классных руководителей мероприятий по профилактике безнадзорности и правонарушений среди обучающихся.
- Организация в рамках воспитательно – профилактической работы, мероприятия по формированию правовой культуры, гражданской и уголовной ответственности у учащихся.

**Ожидаемые результаты:**

Сокращение количества учащихся с девиантным поведением через повышение детской осведомленности об опасности использования алкогольных, табачных изделий и общей культуры поведения детей, а также увеличение количества родителей, включающихся в активную борьбу против табачных и алкогольных продуктов и заботу о благополучии ребенка. Мероприятия по повышению роли семье и социализации детей и подростков, сохранении. Психического, физического и духовного здоровья подрастающего поколения помогут им в укреплении семейных связей.

Важно, чтобы учащиеся, благодаря программе, осознали и прочувствовали значимость проблемы, а предложенные формы работы повысили восприимчивость детей и подростков к негативным последствиям вредных привычек.

Программа профилактики табакокурения и алкоголизма отражает желание школьного сообщества двигаться в направлении будущего, в котором не будет табачного дыма и запах алкоголя. Программа содержит различные правила, касающиеся табакокурения и алкоголизма, и они являются обязательными для всех, кто учится и работает в школе. Программа профилактики табакокурения и алкоголизма имеет своей целью создание в школе условий, благоприятных для здоровья, путем уменьшения количества табачного дыма; прекращение курения в школе оказывает благоприятное воздействие на здоровье и школьного персонала, и

учеников. Кроме того, снижается количество пропусков занятий, вызванных причинами, связанными с табакокурениями.

Эффективность проводимых в школе и посвященных табакокурению и алкоголю профилактических уроков и других активных форм воздействия возрастает, если получаемая в ходе уроков информация будет находить поддержку и вне класса. Для подростков территория школы является тем местом, которое предлагает бесчисленное количество возможностей учиться новому. В школе учатся не только на уроках, но и за пределами класса, на территории школы дети впитывают в себя множество разных влияний. Поэтому важно, чтобы о вредном воздействии табака и алкоголя и пользе отказа от них не только говорилось о теории, но и в школе, и у школьников дома проводилась последовательная линия в отношении прекращения курения и ни одной попытки попробовать или дальше употреблять алкогольную продукцию.



## План мероприятий

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок	Классы	Ответственные
<b>Организационные вопросы</b>				
1.	Организовать досуг несовершеннолетних, находящихся в социально – опасном положении, состоящих на различных видах профилактического учёта, принять меры по их зачислению в кружки и секции	Сентября – октябрь	1-11 классы	Классный руководители, социальный педагог, зам. директора по ВР
<b>Работа с учащимися</b>				
2.	Проведение классных часов по профилактике табакокурения и алкоголизма	В течение года	1-11 классы	Классные руководители Социальный педагог
3.	Буклеты для подростков и родителей	В течение года	5, 9, 11 классы	Классный руководители, социальный педагог, зам. директора по ВР
4.	Просмотр видеофильмов и мультфильмов о вреде алкоголя и никотина	В течение года	1-11 классы	Классный руководители, социальный педагог, зам. директора по ВР
5.	Конкурс рисунков и плакатов «Мы за здоровый образ жизни»	Октябрь Ноябрь	1-4 классы 5-8 классы	Классный руководители, социальный педагог, зам. директора по ВР
6.	Проведение мониторинга табакокурения среди обучающихся	В течение года	4, 5, 8 классы	Зам. директора по ВР, социальный педагог
7.	Заседание школьных Советов по профилактике правонарушений по принятию мер к учащимся, замеченных в употреблении табакокурения и алкогольных напитков.	В течение года		Социальный педагог, зам. директора по ВР
8.	Встречи школьников с мед. Работником с целью	В течение года	1-4 классы	Социальный педагог,



	профилактики табакокурения среди подростков			зам. директора по ВР
9.	Диагностика учащихся по выявлению склонности к вредным привычкам («Что ты знаешь о курении?», «Вредные привычки»)	В течение года	5-9 классы	Социальный педагог, зам. директора по ВР
10.	Размещение на школьном сайте материалов по профилактике табакокурения и алкоголя среди подростков	В течение года		Социальный педагог
<b>Работа с родителями</b>				
11.	Родительские собрания	По графику		Классные руководители
12.	Привлечение родителей к участию в мероприятиях школы	В течение года		Зам. директора по ВР, классные руководители
13.	Анкетирование по изучению социального положения семьи при поступлении ребенка в школу (первоклассники).	Сентябрь – октябрь	1 классы	Классные руководители, социальный педагог, зам. директора по ВР

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Болдырев, Н.И. Методика воспитательной работы в школе. М., Просвещение 2004. – 224 с.
2. Вербецкая, А. С. Социально-педагогическая профилактика употребления психоактивных веществ среди студенческой молодежи. // Молодой ученый. — 2014. — №6. — 684 с.
3. Горьковая, И. А. Нарушения поведения у детей из семей алкоголиков / И. А. Горьковая.- СПб: Питер, 2006.- 177 с.
4. Дубровина, И.В. Психология: Учебник для студентов средних педагогических учебных заведений – 3-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 464 с.
5. Дереклеева, Н. И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы/ Н. И. Дереклеева. - М.: ВАКО, 2003. – 239 с.
6. Казанская, В.Г. Подросток. Трудности взросления / В.Г.Казанская. СПб.: Питер, 2008. 240 с.
7. Кулагина, И.Ю. Младшие школьники: особенности развития - М: Эксмо, 2009 – 176 с.
8. Маленкова, Л.И. Теория и методика воспитания. Учебное пособие. - М.: Педагогическое общество России, 2012. - 480 с.
9. Овчарова, Р. В. Справочная книга социального педагога / Р.В. Овчарова. – М. : Сфера, 2001. – 480 с.
10. Овчарова, Р. В. Психологическое сопровождение родительства. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 319 с.
11. О вреде курения: метод. Материалы в помощь лектору. – М., 2007
12. Панина, Г. Профилактика вредных зависимостей у детей: психолого – педагогический подход/ Г. Панина, К. Пиликян, В. Штукатурова // Воспитание школьников – 2001 - № 9 – 64 с.
13. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф.Райс, К. Долджин. СПб.: Питер, 2010. - 816 с.



14. Романникова, М.В. Профилактика табакокурения среди детей и подростков: педагогическая программа / Высшее образование России, 2009
15. Светлова, Е.М. "Никотиновые" дети рождаются у курильщиков / Е.М. Светлова // Крестьянка. 2012. – №15. – 63 с.
16. Суховольская, Т.С. Педагогические условия профилактики вредных привычек у подростков : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 : Калининград, 2005 - 191 с.
17. Феоктистова, В.Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии: опыт работы методического объединения учителей начальных классов /авт. – сост. В.Ф. Феоктистова – Волгоград: Учитель, 2009 – 121 с.
18. Хриптович В.А. Психолого-педагогические основы обучения школьников здоровому образу жизни. /В.А. Харипович // –Мн., 2011.
19. Щуркова, Н.Е., Павлова, Е.П. Воспитание счастьем, счастье воспитания: Педагогическая технология воспитания счастливого человека в школе. / Н.Е.Щуркова, Е.П.Павлова. – М.: Центр «Педагогический поиск», 2004. – 160 с.
20. Закон о запрете курения (Антитабачный закон) 2015"  
[URL:http://www.subsidii.net](http://www.subsidii.net)
21. Отдел разработки политики и стратегии профилактики заболеваний и укрепления здоровья, Государственный научно- исследовательский Центр профилактической медицины МЗ РФ (электронный ресурс) // [tkamardina@mtu-net.ru](mailto:tkamardina@mtu-net.ru)
22. Предупреждение табакокурения у школьников/ Методическое пособие для работников образовательных учреждений: Федеральная целевая программа «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2002-

- 2004 годы» /[Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://clinical-psy.ru/wp-content/uploads/Rukovodstvo-N.A.-Sirota.pdf>
23. Система гарант [электронный ресурс] Закон РФ "Об ограничении курения табака и потребления табачных изделий" от 10.07.2001 №87 URL: <http://www.garant.ru/hotlaw/federal/187941/>
24. Система гарант [электронный ресурс] Федеральный закон "Технический регламент на табачную продукцию" от 22.12.2008 № 268-ФЗ URL: <http://www.garant.ru/hotlaw/federal/187941/>
25. Свердловский областной центр медицинской профилактики. Рубрика "Здоровый образ жизни". URL: <http://www.medprofural.ru>
26. Статистика по всему миру: Табакокурение в современном мире. URL: <http://www.socio-24.ru/s24s-577-1.html>



Анкета

«Определение уровня знаний о табакокурении»

Инструкция: «Дорогой друг! Предлагаем Вам дать ответы на перечень вопросов, которые помогут более полно представить Ваш взгляд на проблему никотиновой зависимости. Внимательно прочитайте вопросы и напишите свой вариант ответа. Заранее благодарим за участие.»

Расскажите, пожалуйста о себе:

Ваш возраст, пол: \_\_\_\_\_

1. Пробовали курить?

А) да

Б) нет

Если да, то с какого возраста? \_\_\_\_\_

2. Как вы думаете с какого возраста начинают курить?

А) до 10 лет

Б) 10-15 лет

В) 15-17 лет

Г) старше 18 лет

3. Почему люди начинают курить?

А) друзья курят

Б) родители курят

В) курит старший брат или сестра

Г) изменить свой имидж

Д) выглядеть старше

Е) в рекламах и кино курят

Ж) другое \_\_\_\_\_

4. Большинство Ваших друзей курит?
- А) да
  - Б) нет
5. Курят ли в Вашей семье?
- А) да
  - Б) нет
6. Причины постоянного курения?
- А) привычка
  - Б) «за компанию»
  - В) новые ощущения
7. Считаете ли Вы, что курение опасно для вашего здоровья?
- А) да
  - Б) нет
8. Какие последствия злоупотребления сигарет Вам известны?
- А) неблагоприятное воздействие на организм
  - Б) не знаю о последствиях
  - В) не влияет на организм
9. Хотели бы Вы, чтобы никто не курил?
- А) да
  - Б) нет
  - В) все равно



## Опросник школьной тревожности Филипса

## Инструкция

«Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-» если не согласны».

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?	
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?	
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?	
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?	
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?	
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?	
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?	
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?	
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?	
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?	
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?	
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?	



13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?	
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?	
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из этих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?	
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?	
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?	
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?	
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, ты сделаешь ошибку при ответе?	
20. Похож ли ты на своих одноклассников?	
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?	
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?	
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?	
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе дружески?	
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе результатами твоих одноклассников?	
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?	
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?	
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?	
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?	



30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?	
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?	
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?	
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?	
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?	
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?	
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?	
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?	
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?	
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу также хорошо, как и твои одноклассники?	
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?	
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?	
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?	
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?	
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?	
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?	
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих дошкольных делах больше, чем другие ребята?	
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?	



48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?	
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?	
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?	
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?	
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?	
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься ним?	
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?	
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?	
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?	
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты зычно, что делаешь это плохо?	
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?	

#### Обработка результатов:

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы а которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста - о высокой тревожности.