

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«Родник» муниципального образования – Шиловский муниципальный район
Рязанской области

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО Центр «Родник»
Протокол № 1 от 25.08.2025 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Здоровым быть модно»

Направленность: социально - гуманитарная

Уровень: ознакомительный

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации: 1 год

Объем программы: 18 часов

Составитель – разработчик:
Маняткина Вера Александровна,
педагог - психолог

р.п. Шилово
2025

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1 Направленность	3
1.2 Актуальность	3
1.3 Отличительная особенность	4
1.4 Педагогическая целесообразность	4
1.5 Региональный компонент	4
1.6 Адресат программы	4
1.7 Объем программы и режим занятий	5
1.8 Формы и методы обучения	5
1.9 Особенности организации образовательного процесса	5
2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	5
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	
3.1 Учебно - тематический план	6
3.2 Содержание учебно - тематического плана	7
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	9
5 КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	
5.1 Календарный учебный график	10
5.2 Оценочные материалы	11
5.3 Материально-техническое обеспечение	11
5.4 Методическое обеспечение программы	11
ЛИТЕРАТУРА	12
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	15
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	17

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровым быть модно» включена в образовательную программу Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Родник» муниципального образования – Шиловский муниципальный район Рязанской области.

Программа разработана на основе руководства по профилактике злоупотребления ПАВ несовершеннолетними и молодежью под науч. ред. Л.М. Шипицыной и Л.С.Шпилени и методических рекомендаций для руководителей и педагогов образовательных учреждений «Организация работы по профилактике употребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях» под общ. ред. Н.В. Борисовой.

Программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Программа направлена на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации. Очень важно сформировать у детей культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Программа позволяет в ходе групповой работы свободно выражать свое мнение, способствуют установлению доверительных отношений и благоприятного психологического климата. Только осознание личностной ценности здоровья, его значимости позволяет подростку понять, почему для него опасно знакомство с одурманивающими веществами.

1.1. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровым быть модно» имеет социально-гуманитарную направленность.

Уровень Программы – ознакомительный.

1.2 Актуальность программы

В ходе реализации антинаркотической политики распространенность употребления ПАВ среди несовершеннолетних и молодежи продолжает оставаться одной из ведущих социально значимых проблем нашего общества, определяющих необходимость организации активного противодействия.

Формирование в обществе осознанного негативного отношения к незаконному потреблению наркотиков и участию в их незаконном обороте является одной из стратегических целей государственной антинаркотической политики (подпункт "в" пункта 11 Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 23 ноября 2020 г. N 733).

В последнее десятилетие употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ (ПАВ)

превратилось в проблему, представляющую серьёзную угрозу здоровью населения, экономике, социальной сфере и правопорядку.

Многочисленные исследования дают основание полагать, что одной информации для изменения поведения недостаточно. Дети и подростки должны приобрести максимум знаний для того, чтобы самостоятельно критически мыслить и правильно строить поведение. Только сформированность и осознание личностной ценности здоровья позволят ребенку понять, почему и чем для него опасно знакомство с одурманивающими веществами.

Профилактика употребления ПАВ – это прежде всего помощь в освоении навыков эффективной социальной адаптации – умения общаться, строить свои отношения со взрослыми и сверстниками, в развитии способности оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им.

1.3 Отличительные особенности реализации программы.

К особенностям программы можно отнести не только обсуждение вредности и печальных последствий курения, алкоголизма, наркомании, не запугивание их страшными бедами, а прежде всего помощь в освоении навыков эффективной социальной адаптации – умения общаться, строить свои отношения со взрослыми и сверстниками, в развитии способности оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им. Особое значение имеет формирование культуры здоровья – понимания ценности здоровья и здорового образа жизни.

1.4 Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы профилактики способствует формированию у детей негативного отношения к формам употребления ПАВ как опасного для здоровья и социального статуса поведения, а также формированию у них универсальных знаний, умений и навыков, обеспечивающих возможность реализовывать свои потребности социально значимыми способами с учетом личностных ресурсов.

1.5 Региональный компонент в программе

Региональный компонент в программе: знакомство и участие учащихся в мероприятиях, организованных в муниципалитете и регионе по профилактике ПАВ: акция «Мы выбираем ЖИЗНЬ!», «СТОП ВИЧ/СПИД», «Нет наркотикам!» «Молодежь против наркотиков» и т.д.

1.6 Адресат программы

Программа рассчитана на детей 13-17 лет.

Количество детей в группе – до 20 человек. Группа должна иметь постоянный состав.

Принцип набора на обучение по программе - свободный.

Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний.

1.7. Объём программы и режим занятий

Срок реализации программы – 1 год.

Объём программы - 18 часов.

Занятия проводятся 1 раза в 2 недели по 1 часу.

Продолжительность занятия - 45 мин.

Язык обучения: русский.

1.8 Формы и методы обучения

Форма обучения: очная.

В основу реализации программы «Здоровым быть модно» заложены разнообразные формы и методы.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- групповая,
- индивидуальная.

На занятиях используются методы работы:

- **словесный:** беседы и лекции, диспуты.
- **наглядный:** использование плакатов, фотографий, рисунков, репродукций на данную тему, видеороликов, документальных фильмов.
- **практический:** игровые задания, деловые и ролевые игры, тренинговые занятия, анкетирование, викторины.

1.9 Особенности организации образовательного процесса

Программа составлена с учетом психолого-педагогических особенностей обучающихся. На программу принимаются все желающие. Реализация программы может проходить также на базе общеобразовательных учреждений р.п. Шилово. Количество детей в группе до 20 человек.

Программа включает в себя практические занятия, тренинги, анкетирования, диспуты, деловые и ролевые игры, разбор ситуаций, мозговой штурм, моделирование практических ситуаций, конкурсы рисунков и плакатов.

Программа составлена таким образом, чтобы дети смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: сформировать у детей стойкие негативные установки к употреблению психоактивных веществ, позитивные социальные и личные ценности, содействие духовно - нравственному воспитанию подростков.

Задачи

Обучающие:

- предоставить подросткам объективную научную информацию о психоактивных веществах;
- научить подростков самостоятельно противостоять своим привычкам с наименьшими психическими потерями для себя и окружающих;

- сформировать представления об основах здорового и безопасного образа жизни;
- сформировать ответственное поведение к своему здоровью;
- сформировать ответственность за своё поведение.

Развивающие:

- развить навыки общения и настойчивого поведения к противостоянию давления сверстников;
- развить умение аргументировать свою точку зрения;
- развить умения обучающихся адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
- развить негативное отношение к употреблению психоактивных веществ.

Воспитательные:

- воспитывать у обучающихся нравственно-ценностные ориентиры в процессе овладения знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешной адаптации и социализации в обществе;
- воспитание активной гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни;
- воспитывать ответственность за свои действия и поступки.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Здоровье и привычки.	4	2	2	
1.1.	Вводное занятие. Знакомство с привычками. Знакомство подростков с мероприятиями в Шиловском районе по профилактике ПАВ.	1	0,5	0,5	Опрос по теме, анкета «Отношение к ПАВ»
1.2.	Питание и здоровье	1	0,5	0,5	Опрос по теме, деловая игра
1.3.	Время быть здоровым	1	1	-	Опрос по теме
1.4.	Будьте здоровы	1	-	1	Викторина
2	Раздел 2. Профилактика табакокурения.	5	2,5	2,5	
2.1.	Я выбираю здоровье	1	0,5	0,5	Опрос по теме, разбор ситуаций, создание коллажа
2.2.	Курить или не курить – решай сам!	1	1	-	Опрос по теме

2.3.	Курение – коварная ловушка	1	1	-	Опрос по теме
2.4.	Курение: за и против	1	-	1	Составление кроссворда, защита проекта
2.5.	Электронные сигареты: польза или вред	1	-	1	Просмотр видеоролика, опрос.
3.	Раздел 3. Профилактика алкоголя	3	2	1	
3.1.	Алкоголь, его влияние на организм	1	1	-	Опрос по теме
3.2.	Сделай свой выбор	1	1	-	Опрос по теме
3.3.	Скажи алкоголю «нет»	1	-	1	Разбор ситуаций, защита проектов «Алкоголь и его последствия»
4.	Раздел 4. Профилактика наркомании	4	2	2	
4.1.	Имя беды - наркотики	1	1	-	Опрос по теме
4.2.	Правда о наркотиках	1	1	-	Опрос по теме
4.3.	Скажи – нет!	1	-	1	Просмотр докум. фильма «Точка невозврата», опрос
4.4.	Наркомании - нет!	1	-	1	Выставка тематических рисунков и плакатов
5	Раздел 5. Профилактика ВИЧ/СПИДа	2	1	1	
5.1.	Что я знаю о ВИЧ/СПИДе?	1	1	-	Опрос по теме
5.2.	Знать, чтобы жить!	1	-	1	Анкета «Отношение к ПАВ», просмотр видеоролика «ВИЧ/СПИД», разбор ситуаций
	Итого	18	9,5	8,5	

3.2 Содержание учебного – тематического плана

Раздел 1. Здоровье и привычки – 4 часа

Тема 1.1. «Вводное занятие. Знакомство с привычками» - 1 час.

Теория: Понятие «Привычка». Полезные и вредные привычки. Знакомство подростков с мероприятиями в муниципалитете и регионе по профилактике ПАВ.

Практика: Инструктаж по технике безопасности. Правила работы в группе. Входная диагностика: анкета «Отношение к ПАВ»

Тема 1.2. «Питание и здоровье» - 1 час.

Теория: Понятие «Здоровье». Физическое и нравственное здоровье. Принципы здорового рациона питания.

Практика: Деловая игра.

Тема 1.3. «Время быть здоровым» - 1 час.

Теория: Модель здорового и нездорового человека. Ценность своего здоровья.

Тема 1.4. «Будьте здоровы» - 1 час.

Практика: Викторина.

Раздел 2. Профилактика табакокурения – 5 часов

Тема 2.1. «Я выбираю здоровье» - 1 час.

Теория: Воздействие алкоголя, никотина и наркотиков на организм человека.

Практика: разбор и обсуждение ситуаций в группах, создание коллажа «Я выбираю здоровье»

Тема 2.2. «Курить или не курить – решай сам!» - 1 час.

Теория: История возникновения табака. Состав табачного дыма. Мотивы употребления табака подростками.

Тема 2.3. «Курение – коварная ловушка» - 1 час.

Теория: Мифы о курении. Способы отказа от курения. Как формируется зависимость?

Тема 2.4. «Курение: за и против» - 1 час.

Практика: Составление кроссворда «Курение и здоровье», создание и защита проекта «Школа без табака»

Тема 2.5. «Электронные сигареты: польза или вред» - 1 час.

Практика: Просмотр и обсуждение видеоролика «Электронные сигареты: польза или вред».

Раздел 3. Профилактика алкоголя – 3 часа

Тема 3.1. «Алкоголь, его влияние на организм» - 1 час.

Теория: Познакомить с понятием «Алкоголь» и с вредным влиянием алкоголя на организм человека. История изготовления спиртных напитков. Распространение пьянства на Руси.

Тема 3.2. «Сделай свой выбор» - 1 час.

Теория: Причины употребления алкоголя подростками. Причины употребления алкоголя подростками. Последствия употребления алкоголя подростками.

Тема 3.3. «Скажи алкоголю «нет!»» - 1 час.

Практика: разбор ситуаций о вреде алкоголя, разработка проектов «Алкоголь и его последствия».

Раздел 4. Профилактика наркомании – 4 часа

Тема 4.1. «Имя беды - наркотики» - 1 час.

Теория: Знакомство с понятием «наркомания» и «наркотик». Виды наркотиков. Признаки и последствия употребления наркотиков.

Тема 4.2. «Правда о наркотиках» - 1 час.

Теория: Причины употребления наркотиков подростками. Ответственность за употребление и хранение наркотических средств. Выработка умения сказать «Нет».

Тема 4.3. «Скажи – нет!» - 1 час.

Практика: Просмотр документального фильма «Точка невозврата», обсуждение фильма. Составление плакатов «Причины не употреблять наркотики» и «Правила уверенного отказа от наркотиков», карточки с разбором ситуаций о вреде наркотиков.

Тема 4.4. «Наркомании – Нет!» - 1 час.

Практика: Выставка тематических рисунков и плакатов.

Раздел 5. Профилактика ВИЧ/СПИДа – 2 часа

Тема 5.1. «Что я знаю о ВИЧ/СПИДе?» - 1 час.

Теория: Понятие «ВИЧ» и «СПИД». Пути заражения СПИДом. Стадии ВИЧ-инфекции. Лечение ВИЧ.

Тема 5.2. «Знать, чтобы жить!» - 1 час.

Практика: Анкета «Отношение к ПАВ», просмотр видеоролика «ВИЧ/СПИД», разбор ситуаций.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- сформировано представление об основах здорового и безопасного образа жизни;
- сформировано ответственное поведение к своему здоровью;
- сформирована ответственность за своё поведение.

Метапредметные результаты:

- будут развиты навыки общения и настойчивого поведения к противостоянию давления сверстников;
- будет развито умение аргументировать свою точку зрения;
- будут развиты умения обучающихся адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
- будет развито негативное отношение к употреблению психоактивных веществ.

Предметные результаты:

- овладеют знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешной адаптации и социализации в обществе;
- овладеют знаниями, умениями находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

Теоритическая подготовка:

- у подростков сформирована объективная информация о психоактивных веществах;
- научатся планировать свое время;
- овладеют навыком высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека.

Практическая подготовка:

- научатся конструктивному общению между собой и со взрослыми;
- научатся активной гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни;
- научатся отстаиванию и защите своей точки зрения;
- научатся осознанно и уверенно говорить ПАВ «Нет»

5. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

5.1. Календарный учебный график

Дата начала и окончания учебных периодов – с сентября по апрель.

Количество учебных недель – 28.

Количество часов в год - 18

Сроки контрольных процедур – апрель.

(Приложение 1)

5.2 Оценочные материалы

В качестве оценочного материала используется анкета «Отношение к ПАВ» на выявление отношения учащихся к психоактивным веществам, которая проводится в начале и в конце изучения программы (Приложение 2).

Основными способами **отслеживания результатов** освоения программы являются **промежуточная аттестация, текущий и итоговый**

контроль.

Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация проводится после изучения каждого раздела в форме практической работы (выставка рисунков и плакатов, разбор ситуаций в группах и т.д.) с целью выявления результатов обучения и создания условий для коммуникации обучающихся в процессе групповой деятельности и дальнейшего осмысления содержания программы.

Текущий контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии и проходит в форме опроса по теме, разбора ситуаций, просмотра видеороликов, составления кроссворда и т.д. с целью отслеживания достижения задач дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Итоговый контроль.

Итоговый контроль осуществляется по итогам реализации программы в форме анкетирования «Отношения к ПАВ», с целью выявления изменения подростками отношения к ПАВ после изучения программы «Здоровым быть модно».

5.3 Материально – техническое обеспечение

- кабинет на 20 рабочих мест: столы ученические – 10 шт., стулья ученические – 20 шт., классная доска – 1 шт.),
- рабочее место педагога: стол – 1 шт; стул – 1 шт.

Оргтехника:

- интерактивная доска – 1 шт;
- ноутбук – 1 шт;
- проектор – 1 шт.

5.4 Методическое обеспечение программы

- видеоролики по профилактики ПАВ;
- документальный фильм по профилактики ПАВ «Точка невозврата»;
- электронные презентации:
 - «Стоп ВИЧ/СПИД»,
 - «Курение-коварная ловушка»,
 - «Подростковый алкоголизм»,
 - «Правда о наркотиках» и т.д.;
- планы-конспекты занятий;
- методические рекомендации:
 - «Как поступать родителям, чтобы предотвратить приобщение ребёнка к наркотикам, алкоголю, табакокурению»,
 - «Как узнать о приобщении к наркотикам, алкоголю и табакокурению по внешнему виду и поведению ребенка»,
 - «Как действовать школе и педагогу при осуществлении профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения»,
 - Рекомендации и советы подросткам по профилактике наркомании, табакокурения и алкоголизма»;

- памятки для родителей:
- Если ваш ребенок начал курить,
- 7 советов родителям как уберечь подростков от алкогольной зависимости,
- Алкоголь и подросток;
- буклет «Как уберечь подростков от употребления наркотиков»;
- брошюра «Правда и вымысел про ВИЧ»
- анкета «Отношение к ПАВ».

6. Литература

Список литературы для педагогов:

1. Александров А. А., Александрова В. Ю. Курение и его профилактика в школе. – М., 1996.
2. Белогуров С.Б., Климович В.Ю. «Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании» - М.: Центр «Планетариум», 2002. – 96с.
3. Воспитательный потенциал семьи и социализация детей // Педагогика. 1999. № 4.
4. Колесов Д. В. Предупреждение вредных привычек у школьников. – М, 1999.
5. Климович В.Ю. «Детство без алкоголя» Профилактика детского и подросткового алкоголизма: Наглядно-методическое пособие - Москва: Центр «Планетариум», 2004. – 76с.
6. Крыжановская Л.М. Психология семьи: проблемы психолого-педагогической реабилитации. М., 2005.
7. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Уроки культуры здоровья: 7-11 классы. М.: Педагогическое общество России, 2004.
8. Минияров В.М. Психология семейного воспитания (диагностико-коррекционный аспект). М., 2000.
9. Неотложная помощь при острых отравлениях: Справочник по токсикологии. М., 1977.
10. Организация работы по профилактике употребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях/Методические рекомендации для руководителей и педагогов образовательных учреждений. Под общ.ред. Н.В.Борисовой. Чебоксары, 2011.- 117 с.
11. Петракова Т.Н. Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков. М., 2007.
12. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Регуш. СПб., 2005.
13. Психологические проблемы современной российской семьи: Материалы научно-практической конференции. М., 2005.
14. Родионов В.А. II Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 2004. №3.
15. Руководство по профилактике злоупотребления ПАВ несовершеннолетними и молодежью / Под науч. ред. Л.М. Шипицыной и Л.С.Шпилени. СПб., 2003.

16. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Эффективные программы профилактики зависимостей от наркотиков и других форм зависимого поведения. М., 2004.
17. Спиваховская А.С. Детско-родительские отношения. СПб., 2005.
18. Тростанецкая Г. Н. , Гериш А.А. «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами».
19. Энциклопедия независимости. М., 2008.

Список литературы для родителей:

1. Ананьева Г. Родителям о наркотиках и наркомании. Казань, 1999.
2. Березин С.В. Психология ранней наркомании. Самара, 2000.
3. Битенский В.С. Наркомания у подростков. Киев, 1988.
4. Как уберечь ребенка от суицида // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2019.
5. Молодежь и общество на рубеже веков / Под ред. И.М. Ильинского. - М.: Голос, 1999.
6. Наркомании и токсикомании у несовершеннолетних и молодежи. Сб. научно - методических материалов / Под ред. Красильникова Г.Т. Новосибирск, 1995.
7. Причина распространения и пути профилактики наркомании : Учебное пособие / Под ред. И.С. Петровой. Ростов на Дону. 2001.
8. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Ретуш. СПб., 2005.
9. Психология современного подростка / Под ред. Д.И. Фельдштейна. М., 1987.
10. Спиваковская А.С. Детско-родительские отношения. СПб., 2005.
11. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту / Под ред. И.В. Дубровиной. М., 1987.
12. Шаг за шагом от наркотиков: Книга для педагогов и родителей, СПб., 1999.
13. Школа без наркотиков: Книга для педагогов и родителей / Под ред. Л.М. Щипицыной и Е.И. Казаковой. СПб.: Детство - Пресс, 2001.
14. Википедия - свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/wiki>

Список литературы для детей:

1. Дезорцева Е. Г. Девиантное поведение и Интернет // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2019. - № 3.
2. Богатырёва Ж. В. Пиво – тоже алкоголь! // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018. - № 8.
3. Гладкова Н. В. Прочти, обсуди, перескажи // НаркоНет. 2018. - № 10.
4. Жить здорово! // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018.
5. «Команда Познавало»: вопросы к «Опасному погружению» // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. - 2020. № 7.
6. КВН – в борьбе с курением // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018.

7. Лобанов А. И. Просто не начинай! // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018. - № 7.
8. Не кури – здоровье береги! // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018. - № 10.
9. Панкова И. В. Сторонись алкоголя // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018. - № 10.
10. Табак – нам враг! // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2018. - № 10.
11. Хухлаев О. Е. Как становятся экстремистами? // Не будь зависим – скажи «Нет!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании. 2019. - № 1.

Календарный учебный график

№ п/ п	Месяц	Форма занятия	Количество часов	Тема проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Групповая дискуссия, беседа, рефлексия, анкетирование	1	Знакомство с привычками	Опрос по теме, анкета «Отношение к ПАВ»
2	Сентябрь	Групповая дискуссия, беседа, рефлексия, игра	1	Питание и здоровье	Опрос по теме, деловая игра
3	Октябрь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Время быть здоровым	Опрос по теме
4	Октябрь	Практическое занятие	1	Будьте здоровы	Викторина
5	Ноябрь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Я выбираю здоровье	Опрос по теме, разбор ситуаций, создание коллажа
6	Ноябрь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Курить или не курить – решай сам!	Опрос по теме
7	Ноябрь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Курение – коварная ловушка	Опрос по теме
8	Декабрь	Практическое занятие	1	Курение: за и против	Составление кроссворда, защита проекта
9	Декабрь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Электронные сигареты: польза или вред	Просмотр видеоролика, опрос.
10	Январь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Алкоголь, его влияние на организм	Опрос по теме
11	Январь	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Сделай свой выбор	Опрос по теме
12	Февраль	Практическое занятие	1	Скажи алкоголю «нет»	Разбор ситуаций, защита проектов «Алкоголь и его последствия»
13	Февраль	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Имя беды - наркотики	Опрос по теме
14	Март	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Правда о наркотиках	Опрос по теме

15	Март	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Скажи – нет!	Просмотр докум. фильма «Точка невозврата», опрос
16	Апрель	Выставка	1	Наркомании - нет!	Выставка тематических рисунков и плакатов
17	Апрель	Групповая дискуссия, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Что я знаю о ВИЧ/СПИДе?	Опрос по теме
18	Апрель	Групповая дискуссия, беседа, рефлексия, анкетирование	1	Знать, чтобы жить!	Анкета «Отношение к ПАВ», просмотр видеоролика «ВИЧ/СПИД», разбор ситуаций

Анкета «Отношение к ПАВ»

Инструкция: ответьте на вопросы анкеты.

1. Какие отношения у вас с родителями?

- а) доверительные;
- б) мы мало общаемся;
- в) напряженны;
- г) доверие одному из родителей;
- д) свой вариант.

2. Кто для вас авторитет?

- а) родители;
- б) друзья;
- в) учителя;
- г) никто;
- д) свой вариант.

3. К кому вы пойдете, если случится неприятность?

- а) родителям;
- б) друзьям;
- в) учителям;
- г) родственникам;
- д) свой вариант.

4. Что для вас главное в жизни?

- а) семья;
- б) здоровье;
- в) материальное благополучие;
- г) профессиональная карьера;
- д) свой вариант.

5. Как вы относитесь к курению?

- а) мне все равно;
- б) это не для меня;
- в) категорически против;
- г) я курю;
- д) я не курю, но не против, если курят другие;
- е) свой вариант.

6. Как вы относитесь к спиртному?

- а) никогда не пробовал;
- б) пью с друзьями;
- в) пью дома на праздники;
- г) категорически против его употребления;
- д) свой вариант.

7. Как вы относитесь к наркотикам?

- а) никогда не пробовал и не буду;
- б) считаю, что все надо в жизни попробовать;
- в) их употребление нормально в наше время;
- г) свой вариант.

8. Как вы считаете, почему молодежь начинает пить, курить и употреблять наркотики?

- а) любопытство;
- б) стремятся так доказать свою взрослость;
- в) не хотят выделяться;
- г) уходят от решения проблем;
- д) способ расслабиться;
- е) свой вариант.

9. Необходима ли в городе работа по предупреждению химической зависимости?

- а) да;
- б) нет.

10. С помощью каких мероприятий можно защитить подростков от табакокурения, употребления наркотиков?

- а) разработка и демонстрация наглядных материалов;
- б) организация психологической и взаимопомощи;
- в) уроки по профилактике ПАВ в школе.