

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЗАБАЙКАЛЬСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЗАБАЙКАЛЬСКИЙ КРАЕВОЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
«СЕМЬЯ»
672010, Забайкальский край, г. Чита, ул. Ленина, д. 27 а,**

**Антинаркотический месячник 2024 г.
(методические и практические материалы)**

Чита, 2024 г.

Введение

Мероприятия Антинаркотического месячника являются профилактическими и подчиняются законам и принципам профилактики.

В современной литературе исследователи говорят о специфической и неспецифической (Пахальян В.Э., Рожков М.И., Ковальчук М.А., и др.), локальной и индивидуальной (Пахальян В.Э.), негативной и позитивной профилактике (Березин С.В., Лисецкий К.С., Змановская Е.В. и др.). Большинство современных исследователей говорят о том, что малоэффективную негативную профилактику должна сменить профилактика позитивная, в центре внимания которой находится личность и её референтная среда, а основная задача состоит в развитии протективных личностных и средовых ресурсов (Рожков М.И., Ковальчук М.А., Гарифуллин Р.Р., Николаева Л.П., Колесов Д.В., Березин С.В., Лисецкий К.С.) [30].

Отечественный и зарубежный опыт свидетельствует, что в плане профилактики наиболее предпочтительными являются программы, направленные на предупреждение начала употребления психоактивных веществ и наркотических средств. Наиболее эффективными считаются мероприятия, выстроенные в рамках позитивно-ориентированного подхода.

Основные принципы профилактической деятельности являются:

1. Системность. Этот принцип предполагает разработку и проведение программных профилактических мероприятий на основе системного анализа актуальной социальной и наркотической ситуации в стране, регионе и населенном пункте.

2. Учёт воздействия всех внутренних (личностных) и внешних (социальных) факторов, способных влиять на готовность детей к реализации поведения в рамках здорового и безопасного образа жизни.

3. Консолидированное взаимодействие педагогов, школьных психологов, родителей, детей.

4. Формирование ценности здорового образа жизни и навыков безопасного поведения должно происходить в совместной деятельности ребёнка и взрослого.

5. Соответствие форм, методов организации профилактической деятельности специфическим особенностям возрастного развития конкретных групп детей.

6. Исключение «запретной информации». Полностью исключается даже упоминание сведений, способных спровоцировать интерес детей к наркотизации, облегчающих возможность приобщения к табаку, алкоголю и другим психоактивным веществам и наркотическим средствам (информация о специфических свойствах различных веществ, способах их приготовления и применения, эффектах, субъективных ощущениях и т.п.).

7. Учёт индивидуальных особенностей детей.

Мероприятия с обучающимися являются приоритетными при проведении профилактической работы.

При планировании и проведении мероприятий необходимо учитывать **возрастную градацию** интереса несовершеннолетних к наркотикам, поэтому при подготовке к мероприятиям важно уделять особое внимание следующим особенностям возраста.

Младший школьный возраст 7-10 лет. Младший школьный возраст - это период интенсивного усвоения самых разных правил не только учебной, но и общественной жизни. Профилактику отклоняющегося поведения и немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ необходимо проводить уже в младшем школьном возрасте до того, как поведение детей приобретет дезадаптивные формы.

В этом возрасте (особенно 10-11 лет) интересует все, что связано с наркотиками, — их действие, способы употребления. О последствиях злоупотребления если и слышали, то всерьез не воспринимают. Сами наркотики не употребляют (возможна токсикомания), с употребляющими

знакомы единицы. Знания отрывочны, недостоверны, получены с чужих слов.

Работа по профилактике с детьми младшего школьного возраста должна быть направлена на воспитание у них общей культуры здоровья на основе понимания уникальности человеческого организма, коррекцию эмоциональных и поведенческих расстройств, развитие защитных личностных черт, таких как стрессоустойчивость, асертивность и т.д.

Обучение здоровому жизненному стилю младших школьников целесообразнее проводить в игровой форме, так как именно игра для детей этого возраста является ведущей деятельностью. Игра дает возможность ребенку выражения чувств и влечений, которые не находят выражения вне игры, является источником развития сознания ребенка, произвольности его поведения, особой формой моделирования им отношений со взрослыми. Проиграв и прожив в игре определенные моменты, ребенок автоматически переносит их в реальную жизнь.

Наибольший эффект может принести комбинированное использование элементов различных методов воздействия – арттерапии (сказкотерапия, изотерапия и др.), психогимнастики, «классических» дидактических методов и приемов, таких как беседа, дидактические игры, мероприятия с участием родителей, спортивные мастер-классы, встречи с успешными людьми.

Подростковый возраст 11-14 лет. В подростковом возрасте возникает масса психологических трудностей (подросток получает представление о самом себе, учится общению с окружающими, пониманию их поведения, сопереживанию, разрешению конфликтных ситуаций, принятию собственных решений). Задача этого периода развития личности - научиться с ними справляться. Именно поэтому работа с детьми этого возраста должна быть направлена на развитие и закрепление таких жизненно-важных умений и навыков, как умение понимать и выражать свои чувства, противостоять давлению, побуждающему к приему наркотических

средств и психотропных веществ, устанавливать и поддерживать гармоничные отношения, преодолевать кризисные и стрессовые ситуации, принимать решения.

В этом возрасте значительную ценность представляют дружеские отношения, принадлежность к значимой группе, социальные связи. Личное отношение к наркотическим средствам и психотропным веществам уже сформировано, но под воздействием группового мнения оно может быть изменено. Таким образом, значительное внимание при работе следует уделять обучению подростков разграничивать свое личное мнение и мнение других людей, противостоять мнению группы. Связано это с тем, что существенную роль в приобщении подростков к употреблению наркотических средств и психотропных веществ играет давление сверстников или более старших подростков. Ввиду того, что в подростковом возрасте потребность в одобрении сверстников является базисной возрастно-психологической потребностью, курение может оказаться минимальной жертвой, на которую подросток готов пойти ради того, чтобы быть принятым в группу.

В данном возрасте основной интерес может вызывать возможность употребления «легких» наркотиков (по их мнению, марихуана за наркотик не признается). О существовании глобальной проблемы задумываются лишь некоторые, пробовали наркотик немногие – из любопытства, знакомы с потребителями многие. О наркотиках знают много – из опыта знакомых или по рассказам. Многие сведения недостоверны. Опасность злоупотребления сильно недооценивается. Говорят о проблеме только между собой.

В связи с тем, что ведущей деятельностью подростков является личностное общение со сверстниками – при работе с подростками целесообразно применение групповых методов работы (дискуссия, мозговой штурм, тренинг, тренинговые занятия, ролевые и деловые игры, моделирование эффективного социального поведения, флэш-мобы,

мотивирующие акции, объединение в группы – волонтерские движения, ассоциации и др.).

Старший подростковый возраст 15-17 лет. Возраст 15-17 лет характеризуется значительным личностным ростом: формируется система ценностей, мировоззрение, определяются жизненные перспективы, намечаются конкретные планы профессиональной самореализации. Все это обеспечивает повышение ответственности за свое поведение, осознание возможности самостоятельного профессионального образования и дальнейшего трудоустройства.

Среди подростков 15-17 лет по отношению к наркотикам формируются 3 группы:

1. Употребляющие и сочувствующие. Их интересуют вопросы, связанные со снижением риска при употреблении, с продолжительностью употребления без образования зависимости.

2. Радикальные противники («сам никогда не буду и не дам гибнуть другу»). Многие из членов этой группы считают употребление наркотиков признаком слабости и неполноценности.

3. Не определившееся. Группа, не определившая своего отношения к наркотикам. Значительная ее часть может начать употребление под влиянием друзей.

Работа с подростками старшего школьного возраста должна быть направлена на формирование жизненных ценностей (здоровье, семья, дружба, и т. п.), препятствующих вовлечению подростков в наркогенную ситуацию.

Профилактическая работа со старшеклассниками предполагает использование широкого спектра различных методов, которые использовались ранее и новые с опорой на рефлексивные: написание сочинений, эссе, групповая и межгрупповая дискуссия, обсуждение, создание тематических видеороликов и т.д. Действенным в работе со старшеклассниками является связь профилактической работы с ведущей для

них учебно-профессиональной деятельностью. Например, можно обсудить с ними те ограничения, которые накладывают разные виды зависимости на выбор, освоение и возможность выполнения той или иной профессиональной деятельности. Необходимо постараться убедить молодых людей в том, что в постоянно усложняющемся (в техническом, технологическом отношении) мире требуются ответственные, грамотные, интеллектуально развитые специалисты, а это не совместимо с употреблением наркотических средств или психотропных веществ.

Профилактическая работа с родителями играет важную роль в системе профилактики образовательной организации. Родители не только являются целевой группой профилактических мероприятий, но и транслируют позицию школы в данном вопросе своим детям, поэтому требуется соблюдение особых предосторожностей.

1. Ни в коем случае не следует приводить описание путей получения, изготовления и применения наркотических средств с тем, чтобы беседа не могла служить справочным материалом для использования наркотиков.

2. Нецелесообразно выходить за рамки представлений о психоактивных веществах, которые практически не встречаются в регионе проживания.

3. Следует исключить ссылки на примеры исторических личностей, политических деятелей, известных артистов, певцов, журналистов, занимающихся немедицинским употреблением психоактивных веществ, даже если приводятся негативные последствия от их приема, так как у детей формируют двойственное отношение к употреблению наркотических средств и психотропных веществ.

4. Нецелесообразно пользоваться специальными медицинскими терминами при описании клинических проявлений зависимости от немедицинского употребления психоактивных веществ.

В работе с родителями педагогу необходимо быть готовым к преодолению специфических сложностей.

1. В сравнении с детьми, взрослая аудитория, как правило, гораздо более закомплексована и инертна, а значит, труднее поддается воздействию. Родительская аудитория считает себя достаточно просвещенной и компетентной, чтобы не принимать чужие советы относительно воспитания собственного ребенка, тем более, что советы носят обобщенный характер и не учитывают специфических особенностей семей и родительской позиции в них.

2. Отмечается отсутствие достаточных знаний, навыков и современных стратегий поведения у взрослой части населения, которые позволяют им оказывать необходимое воспитательное воздействие, психологическую и социальную поддержку детям.

3. Значительная часть родительской общественности склонна рассматривать употребление психоактивных веществ как сугубо индивидуальную проблему отдельных людей. Родители очень часто подвержены иллюзии, состоящей в уверенности в том, что беда наркомании не может коснуться их ребенка.

4. Большинство родителей стремится скрыть факт употребления ребенком психоактивных веществ. Многие родители либо скрывают, либо стремятся прибегать к услугам частнопрактикующих специалистов, что в целом иногда только загоняет проблему в тупиковое положение.

При организации профилактической работы важно помнить следующие аспекты.

1. Родителям необходимо дать определённые знания о психологических особенностях ребенка, подростка, факторах, способствующих формированию зависимого поведения, признаках наличия негативной зависимости, особенностях семейных взаимоотношений.

2. Родителям важно помочь осознать собственные личностные, семейные и социально-средовые ресурсы, способствующие преодолению внутрисемейных проблем и проблем взаимоотношения с детьми в семье; определить направление и стратегии развития личностных, семейных и

социально-средовых ресурсов.

3. Родителям необходимо информировать о мерах ответственности за преступления и правонарушения, связанные психоактивными веществами и наркотическим средствами.

4. Следует специально останавливаться на способах диагностики состояний наркотического, токсического и алкогольного опьянения (для этого рекомендовано приглашать узких специалистов – наркологов, психиатров и др., компетентных в данных вопросах).

5. Важной задачей является выявление родителей, нуждающихся в профессиональной медико-психологической, психотерапевтической, наркологической и психиатрической помощи.

Для проведения профилактических мероприятий целесообразно использовать следующие формы:

- интерактивная (тренинги, ролевые игры, занятия с элементами тренинга и т.д.);
- консультативная (консультирование по вопросам воспитания, психологическим особенностям развития и поведения ребенка, а также личностным проблемам родителей);
- лекционно-информационная – проведение бесед, чтение лекций специалистами.

Мероприятия месячника антинаркотической направленности и популяризации здорового образа жизни на территории Забайкальского края в 2024 году

Мероприятия Антинаркотического месячника в 2024 г., по традиции, рассчитаны на всех участников образовательных отношений – обучающихся, родителей и педагогов. Все мероприятия реализуются в дистанционном формате и предполагают как совместное выполнение с родителями (законными представителями) и/или педагогами (для параллелей 1-4, 5-8 классов), так и для самостоятельного выполнения (для параллелей 5-8, 9-11

классов). Мероприятия начнутся 7 июня и завершатся 28 июня. Вся информация о мероприятиях будет размещаться еженедельно в новостной ленте на сайте ГУ «Центр «Семья»» <https://centr-semya.ru/>. Подробнее план мероприятий Месячника указан в таблице 1.

Таблица 1

Мероприятия месячника антинаркотической направленности и популяризации здорового образа жизни на территории Забайкальского края в 2024 году

Мероприятие	Дата	Целевая аудитория	Содержание
Марафон здоровья. Видео-лекция для детей и подростков «О здоровье интересно!»	07.06.2024 г.	Обучающиеся 5-11 классов, обучающиеся 1-4 классов с родителями (законными представителями)/учителями	Краткое видео о здоровье: виды здоровья – психологическое и физическое, способы сохранения здоровья, интересные факты о здоровье.
Марафон здоровья «Здоровое лето. Физическое здоровье» (онлайн)	14.06.2024 г.	Обучающиеся 5-11 классов, обучающиеся 1-4 классов с родителями (законными представителями)/учителями	Онлайн-задания, касающиеся физического здоровья.
Марафон здоровья «Здоровое лето. Психологическое здоровье» (онлайн)	21.06.2024 г.	Обучающиеся 5-11 классов, обучающиеся 1-4 классов с родителями (законными представителями)/учителями	Онлайн-задания, касающиеся психологического здоровья.
Марафон здоровья. Кинотренинг «Код здоровья» (онлайн)	28.06.2023 г.	Обучающиеся 5-11 классов, обучающиеся 1-4 классов с родителями (законными представителями)/учителями	Предлагаются видео для трех возрастных параллелей: 1-4 класс – мультимедиа «Аркадий Паровозов», 5-8 классы - мультимедиа «Про Миру и Гошу» (серия «Сам такой»), 9-11 классы – короткометражка «Неанисья».

			Участникам предлагаются ссылки на ролики и после просмотра роликов необходимо ответить на вопросы о фильме, а также познакомиться с примерными готовыми ответами.
Подведение итогов антинаркотического месячника	1-12 июля 2024 г.	Педагоги школы, ответственные за проведение Антинаркотического месячника, специалисты муниципальных органов управления образованием	Отчетность

Задания Антинаркотического месячника будут находиться в доступе на сайте ГУ «Центр «Семья»» в определенные дни, указанные в таблице 1. Мероприятия не требуют доработок и рекомендованы к использованию для реализации в период проведения Антинаркотического месячника.

При необходимости, образовательная организация вправе расширять и дополнять список мероприятий и заданий Месячника.

Содержание мероприятий Антинаркотического месячника 2024 г.

1. Материал к видео-лекции для детей и подростков «О здоровье интересно!» (к лекции составлена презентация приложение 1) (*ссылка на запись <https://disk.yandex.ru/i/BZQS2N0qAx-a7q>*).

Целевая аудитория: обучающиеся 5-11 классов, обучающиеся 1-4 классов с родителями (законными представителями)/педагогами

Цель: познакомиться с видами здоровья и способами их сохранить

Задачи:

- изучить определения здоровья и его видов,
- определить способы сохранения здоровья,
- познакомиться с интересными фактами о здоровье

План

1. Определение понятий и видов здоровья
2. Отличительные признаки здоровья человека, критерии психологического здоровья
3. Способы сохранения здоровья
4. Завершение работы через обсуждение интересных фактов о здоровье

1. Определение понятий и видов здоровья

Здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов.

Виды здоровья: физическое, психическое, психологическое, нравственное.

Физическое здоровье – это нормальное функционирование всех органов и систем организма.

Психическое здоровье – это нормальное функционирование головного мозга и нервной системы человека. Нормальный уровень и качество

мышления, развитие внимания и памяти, наличие эмоциональной устойчивости, волевых и нравственных качеств.

В целом, можно говорить о трех видах здоровья: о здоровье физическом, психическом и нравственном (социальном). Физическое здоровье - это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека (система саморегулирующаяся) правильно функционирует и развивается.

Психическое здоровье зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

Нравственное здоровье определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, т. е. жизни в определенном человеческом обществе.

Психологическое здоровье - состояние, при котором человек способен реализовать собственный потенциал, справляться с жизненными продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего собственного сообщества.

2. Отличительные признаки здоровья человека. Критерии психологического здоровья

Отличительными признаками нравственного здоровья человека являются, прежде всего, сознательное отношение к труду, овладение сокровищами культуры, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни. Физически и психически здоровый человек может быть нравственным «уродом», если он пренебрегает нормами морали. Поэтому социальное здоровье считается высшей мерой человеческого здоровья. Здоровый и духовно развитый человек счастлив - он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самосовершенствованию, достигает, тем самым, неувядающей молодости духа и внутренней красоты.

Важными отличительными критериями психологического здоровья являются:

- адекватное восприятие окружающей среды;
- осознанное совершение поступков;
- активность, работоспособность, целеустремлённость;
- способность устанавливать близкие контакты, полноценная семейная жизнь;
- чувство привязанности и ответственности по отношению к близким людям;
- способность составлять и осуществлять свой жизненный план;
- ориентация на саморазвитие;
- целостность личности.

3. Способы сохранения здоровья

К способам сохранения видов здоровья относятся следующие: есть полезную еду, заниматься спортом, закаляться (под присмотром взрослых), отдыхать, спать в достаточном количестве, прогулки на свежем воздухе, пить воду, делать прививки, посещать врача, если человек болеет, воздерживаться от вредных привычек, выполнять то, что говорят родители, одеваться по сезону, общаться только со знакомыми ограничить время использования телефона, компьютера, телевизора. Все эти способы помогают сохранять физическое здоровье.

Для сохранения психического здоровья можно использовать следующие варианты: учиться новому, узнавать новое, читать, играть, развивать свои познавательные процессы (память, внимание, воображение, восприятие, мышление, речь, представления, ощущения).

Для сохранения нравственного здоровья важно осознанно относиться к своей жизни и жизни других людей, следовать правилам и нормам, размышлять о правилах и рамках общественной жизни. Необходимо каждый свой поступок оценивать с точки зрения его пользы или вреда не только для себя, но и для тех, кто рядом.

Для сохранения психологического здоровья можно применять следующее: учиться контролировать свои эмоции, ограждать себя от лишней негативной (плохой) информации, думать о хорошем, говорить только о хорошем, общаться с друзьями, родителями, просить о помощи, помогать другим, заниматься интересными делами, учиться говорить нет, если заставляют делать, то, что неправильно или запрещено, обращаться за помощью к взрослым, уважать другого человека, отмечать свои ошибки и исправлять их, учиться новому, узнавать новое, читать, играть.

4. Завершение работы через обсуждение интересных фактов о здоровье

В качестве завершения обсуждения темы здоровья и его видов рассмотрим некоторые интересные факты о здоровье.

- Самым здоровым местом на планете считается остров японского архипелага Окинава, известный под названием «Земля бессмертных». Остров является абсолютным лидером по количеству долгожителей. Именно здесь живут более 400 человек, каждому второму уже более 100 лет.
- Очень вредно скучать по любимому человеку. Тревога от разлуки ухудшает сон, что сильно влияет на здоровье.
- Частое употребление сладких напитков наносит большой вред зубам человека.
- Сидячий образ жизни замедляет функции мозга, снижая уровень кислорода в крови.
- Если смотреть телевизор долгое время, можно устать также сильно, как если бы человек выполнял любую сложную работу. Это может способствовать проявлению синдрома хронической усталости.
- Ежедневное чтение печатных книг в течение 10 минут снижает уровень стресса на 68%
- Уже давно известно положительное влияние меда на мыслительные процессы. При постоянном употреблении этого продукта

улучшается реакция и способность к запоминанию у взрослых, повышается уровень успеваемости у детей и подростков (ссылка на запись лекции) [7].

2. Задания для онлайн-марафона здоровья «Здоровое лето. Физическое здоровье».

Задания составлены в Яндекс-форме, проводятся онлайн по ссылке <https://forms.yandex.ru/u/6645919590fa7b2ab4ad19cc/>. Задания представляют собой тесты с закрытыми и открытыми вопросами о физическом здоровье. Тест предполагает в конце демонстрацию результата с баллами и рекомендациями.

В каждом тест-задании 3 раздела:

- раздел вопросов (9 вопросов, составленных на основе видео-лекции и с дополнительной информацией, предполагающей самостоятельный поиск ответа обучающимися и/или с родителями/законными представителями, педагогами),
- раздел статистической информации: класс, пол, район,
- раздел согласия на обработку персональных данных и авторских прав использованных материалов.

3. Задания для онлайн-марафона здоровья «Здоровое лето. Психологическое здоровье»

Задания составлены в Яндекс-форме, проводятся онлайн по ссылке <https://forms.yandex.ru/u/664c0a4c5d2a06d59d7c0429/>. Задания представляют собой тесты с закрытыми и открытыми вопросами о психологическом здоровье. Тест предполагает в конце демонстрацию результата с баллами и рекомендациями.

В каждом тест-задании 3 раздела:

- раздел вопросов (9 вопросов, составленных на основе видео-лекции и с дополнительной информацией, предполагающей самостоятельный

поиск ответа обучающимися и/или с родителями/законными представителями, педагогами),

- раздел статистической информации: класс, пол, район,

- раздел согласия на обработку персональных данных и авторских прав использованных материалов.

4. Описание проведения кинотренинга «Код здоровья»

Кинотренинг является одним из современных психологических методов, который может быть с успехом использован в профилактике различных видов деструктивного поведения в целом, и в частности, нарушений поведения, влекущих вред здоровью человека. Современная киноиндустрия выпускает большое количество фильмов, просмотр и обсуждение которых позволяет повышать уровень осознанности несовершеннолетних. Возникающие при просмотре чувства являются эффективным психологическим средством, воздействующим на сознание человека и изменяющим его.

По мнению российского исследователя О. Аронсона, фильм может рассматриваться как технология, способная изменить характер человеческого мышления, его восприятие, а также сформировать другие ценности. Это создает возможность получения нового опыта и переструктурирования имеющегося опыта. Таким образом, можно сказать, что просмотр и обсуждение фильма способствуют образованию:

1) командообразующего эффекта (формирование общего группового языка, а также общего смыслового, эмоционального и ценностного поля),

2) мотивирующего эффекта (желание использовать увиденное и усвоенное),

3) имитационного эффекта (присвоение демонстрируемых в фильме приемов взаимодействия),

4) эффекта переосмысления (формирование и пересмотр своих убеждений и установок через анализ предлагаемых в фильме ситуаций и конфликтов, через отношение к герою и его поступкам) [3].

Использование кинотренинга в мероприятиях Антинаркотического месячника планируется в онлайн-формате, то есть в несколько измененном виде. Фильм и мультфильмы рассчитаны на осмысление информации о физическом и психологическом здоровье человека. Предполагается, что участники самостоятельно (как индивидуально, так и в групповом формате) или с родителями (законными представителями) посмотрят предложенные картины, соответствующие возрасту и ответят на вопросы, которые подготовлены после каждой.

Дополнительно ребятам будет предложено определить условный «Код здоровья», используя полученные знания по всем заданиям Антинаркотического месячника.

Описание онлайн-кинотренинга

Обучающимся и/или родителям (законным представителям), педагогам направляются ссылки с информацией. Детям предлагаются к просмотру три картины, соответствующие возрастным группам: 1-4 класс, 5-8 класс, 9-11 класс (<https://forms.yandex.ru/u/664c31d790fa7bd440556831/>).

Для обучающихся 1-4 классов предложен мультфильм из серии «Аркадий Паровозов» серия «Жевательная резинка» (страна: Россия, режиссёр: Евгений Головин, музыка: Александр Силкин) ссылка на мультимедиа - https://disk.yandex.ru/i/AQIT48k_BagG6A.

После просмотра мультфильма «Аркадий Паровозов» детям предлагается ответить на вопросы:

1) Что сделал Саша неверно в ситуации с жевательной резинкой? (ответ: стал делать фигуры из жевательной резинки, уронил жевательную резинку на асфальт, а потом поднял и снова положил ее в рот).

2) Что произошло с Сашей после этого? (ответ: он заболел).

3) Что помогло Саше выздороветь? (ответ: взрослые люди: Аркадий Паровозов, доктор, который его вылечил).

4) Что сказал Аркадий Паровозов Саше? (ответ: «Никогда не есть то, что лежало на земле. Есть только чистые продукты»).

5) Для чего Аркадий Паровозов дал Саше груши и яблоки? (для того, чтобы Саша ел еду, в которой есть витамины и которая помогает сохранять здоровье).

6) Что нового и полезного ты узнал из этой серии мультика и обсуждения/ответов на вопросы?

7) В завершение работы в рамках наших мероприятий попробуй придумать «код здоровья» – это могут быть слова, могут быть знаки, которые отразят важное о здоровье человека.

Для обучающихся 5-8 классов предложен мультфильм «Про Миру и Гошу. Просто о важном» серия «Сам такой» (страна: Россия, сценаристы: Наталья Ремиш, Ксения Зайка, художник: Наталья Курбатова, Элина Варфоломеева, Светлана Чернышкова и другие) (ссылка на мультик <https://disk.yandex.ru/i/aCdtjfE4nFcdIQ>).

После просмотра мультфильма Про Миру и Гошу. Просто о важном» серия «Сам такой» детям предлагается ответить на вопросы (ссылка на форму <https://forms.yandex.ru/u/664c3a9a90fa7bd5d655683c/>):

1) Что произошло в мультике между Мирой и Гошей? (ответ: ссора, конфликт)

2) Из-за чего это произошло? (ответ: из-за того, что Мира и Гоша не поговорили друг с другом, а сразу начали обвинять друг друга. Дальше Мира сказала только часть правды маме, обвинив Гошу в том, что он порвал мамин платок. При этом она не сказала, что тянули оба и она тоже участвовала в этом, то есть Мира обманула маму).

3) Что чувствовал Гоша? (ответ: злость и обиду)

4) Что чувствовала Мира? (ответ: стыд)

5) Что помогло Мире и Гоше решить вопрос? (ответ: Гоша вспомнил приемы регулирования своего поведения: подышать, попить воды, сходить в душ, почитать, послушать музыку. Мира поняла, что она не права и извинилась. Гоша выразил сожаление о случившемся маме).

6) Что сказала мама для того, чтобы дети поняли свои ошибки? (ответ: Мире напомнила о том, что неважно, кто младше, а кто старше – обманывать нельзя никому. Люди могут ругаться. Важно уметь мириться.)

7) Какие правила общения Мира и Гоша назвали в конце? (ответ: Можно ругаться – только не драться. Можно сердиться, но не обзывать. Если ссора прошла, можно скорее покрепче обняться.)

8) О каком виде здоровья можно говорить, рассматривая эту ситуацию – о физическом или психологическом? (ответ: психологическое, так как умение общаться с другими людьми, умение решать конфликты, видеть свои ошибки, извиняться за неверное решение или поведение является показателями психологического здоровья человека).

9) Чем был полезен просмотр этого мультика и его разбор?

10) В завершение работы в рамках наших мероприятий попробуй придумать код здоровья – это могут быть слова, могут быть знаки, которые отразят важное о здоровье человека (нужно задействовать оба вида здоровья – и физическое и психологическое).

Для обучающихся 9-11 классов предложен фильм «Неанисия» (Страна: Россия, режиссер: Елена Дубровская, проект «Киноуроки в школах России и мира») [6] (ссылка на фильм <https://disk.yandex.ru/i/PGZtzlTte0x4qw>).

После просмотра фильма «Неанисия» обучающимся предлагается ответить на вопросы (ссылка на форму <https://forms.yandex.ru/u/664c3ede5d2a06dc5e7c0422/>).

1) Что произошло в жизни Богдана после звонка Анисии, которая оказалась Неанисией? (ответ: Богдан кардинально поменял свой образ жизни: он стал общаться только с одной девушкой, перестал употреблять алкоголь, курить сигареты, подал документы в ВУЗ, наладил отношения с мамой)

2) Чем отличается радость от удовольствия, по мнению Неанисии? (Ответ: удовольствие — это потребление – кино, музыка, еда, то есть все, что для тебя. Радость – это когда ты создаешь).

3) Что для Богдана стало радостью после общения с Анисией? (ответ: общение с Анисией. При этом, по его мнению, он создает себя нового)

4) Как вы считаете, для чего Богдан бросил вызов Пиночету? (примерный ответ: Богдану было необходимо закрыть свои прошлые истории, так как он делал себя нового, ему необходимо было завершить свою, так называемую, прошлую жизнь, чтобы идти дальше. Дальше он хотел идти с Неанисией обновленной версией себя).

5) Что значит цифра 57 дней в этом фильме? (ответ: 57 дней понадобилось Богдану для того, чтобы изменить свою жизнь: бросить пить, курить, помириться с родителями, а также понять, как он хочет жить и с кем он хочет жить).

6) Как вы считаете 57 дней это реальный срок для кардинального изменения себя? (примерный ответ: да. Срок изменений может быть очень индивидуальным, но главное не количество дней, а стойкое желание измениться и планомерные шаги на пути к этому. Шаги могут быть очень маленькими, но ежедневными. Изменения возможны, практически, в любом возрасте. Важно понять, как не хочется больше, а потом осознать, как теперь хочется по-новому и для чего это человеку. Более того, цифра дней — это условный срок, после которого можно отметить успех, но на этом изменения не заканчиваются. Человек подвергает себя переменам регулярно, ежеминутно и это тоже нужно понимать, чтобы не остановиться в своих достижениях. Но проводить определенный аудит измененный в промежутках времени тоже важно, чтобы не упустить то ценное, что человек уже приобрел, чему научился, узнал. При чем, крайне полезный навык видеть смысл и результат даже в тяжелых ситуациях, неприятных и неуспешных, так как все с чем человек сталкивается в своей жизни – это опыт. А опыт бесценен).

7) Что Богдану помогло справиться с тем, что Неанисия не существует? (ответ: желание жить по-новому, сохранить те изменения, которых он достиг, не потерять себя нового. Богдан горевал после того, как узнал, что Неанисия это только персонаж, но сумел в полученном опыте найти полезное, продолжить то, что начал делать – поступил в университет, сохранил свои привычки здорового образа жизни).

8) Какие виды здоровья вы смогли увидеть в фильме, аргументируйте свои ответы (два вида - физическое и психологическое здоровье)? (примерный ответ: в фильме показаны оба вида здоровья – физическое и психологическое. Физическое здоровье – это отказ от алкоголя и сигарет, выбор в пользу здорового образа жизни Богданом. Психологическое – все внутренние изменения Богдана: помирился с родителями – умение решать конфликтные, непростые ситуации, признавать свои ошибки, извиняться. Богдан разрешил ситуацию с Пиночетом мирным и конструктивным способом – умение находить конструктивные решения в разных ситуациях. Богдан впервые полюбил, узнал новое чувство. Богдан справился с процессом горевания после того, как узнал о том, что Неанисия это персонаж. Богдан открылся новому опыту – обучение в университете, общение с новой реальной девушкой – умение принимать решения и брать на себя ответственность за свои поступки и их последствия).

Таким образом, оба вида здоровья показаны ярко в фильме, а также очень хорошо раскрыта связь между ними. Поддерживать физическое здоровье Богдан начал именно после того, как в компонентах психологического здоровья стали происходить изменения – пришло осознание, что он может и готов измениться).

9) Что полезного и ценного было лично для тебя в этом фильме и его разборе?

10) В завершение работы в рамках наших мероприятий попробуй придумать «код здоровья» – это могут быть слова, могут быть знаки, которые

отразят важное о здоровье человека (нужно задействовать оба вида здоровья – и физическое и психологическое).

Заключение

В заключении отметим, что стратегическим приоритетом первичной профилактики следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется не на патологию и проблему и её последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья – освоение и раскрытие ресурсов психики и личности, поддержку молодого человека и помощь ему в самореализации собственного жизненного предназначения. Очевидная цель позитивно направленной первичной профилактики состоит в воспитании психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приёме психоактивных веществ.

Таким образом, формирование личностно-развитой, способной справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающейся в приёме ПАВ личности, в современной действительности, возможно только в случае четкого представления специалистами системы образования целей и задач, стоящих перед ними. Специалистам, занимающимся профилактической деятельностью, важно понимать, что использование всех имеющихся ресурсов и механизмов, опираясь на нормативно-правовую регламентацию работы, позволяет получить положительный эффект от профилактических мер.

Мероприятия антинаркотического месячника являются одним из инструментов организации и реализации профилактического пространства и призваны стать дополнением к имеющимся профилактическим ресурсам.

Литература

1. Воспитание как стратегический национальный приоритет: международный научно-образовательный форум. Часть 3. Гл. ред. Б.М. Игошев. Екатеринбург, 2021. 494 с.
2. Информационно-методические материалы для специалистов органов и учреждений системы профилактики : сборник материалов / сост. О. В. Чиркун, И. Г. Назарова. — Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2019. — 49 с. — (Социальное воспитание)
3. Канавина С.С. Профилактика суицидов среди несовершеннолетних путем повышения стрессоустойчивости: методические рекомендации/под ред. О.П. Ворсиной. – Иркутск: ООО ПИФ «Круг», 2015 . – 176 с.
4. Кулганов В.А., Белов В.Г., Парфенов Ю.А. Превентология. Профилактика социальных отклонений. Учебное пособие.-СПб.: Питер, 2014. – 304 с.: ил.
5. Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества/Отв.ред. А.Л. Журавлев, М.И. Воловикова, Т.В. Галкина. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. – 318 с.
6. Сайт «Киноуроки в школах России и мира» <https://kinouroki.org/>
7. Статья «25 занимательных фактов о здоровье человека» <https://dzen.ru/a/YKld93BrXFYxVVVI>
8. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ