

Отчёт по профилактике наркомании, табакокурения и алкоголизма и пропаганде здорового образа жизни МБОУ СОШ № 23.

Профилактика здорового образа жизни является одним из приоритетных направлений воспитательной работы МБОУ СОШ № 23. Цель данного направления: формирование навыков активной психологической защиты учащихся от вовлечения в употребление наркотических средств, профилактика табакокурения, алкоголизма, токсикомании. При этом также формируются социальные навыки, необходимые для ведения здорового образа жизни. Для реализации данного направления школа использует ряд возможностей, направленных на формирование и развитие личности обучающегося. Школа обеспечена квалифицированными педагогическими кадрами, которые совместно с другими структурными подразделениями системы профилактики, способны обеспечить проведение эффективной профилактической работы.

Работа по профилактике алкоголизма, наркомании, употребления психоактивных веществ (далее – ПАВ) и формированию у обучающихся установок на здоровый образ жизни проводится в соответствии с рабочей программой воспитания МБОУ СОШ № 23, планом работы по профилактике табакокурения, алкоголизма, токсикомании, употребления психоактивных веществ обучающимися МБОУ СОШ № 23 на 2025- 2026 учебный год.

Целью данной работы является создание условий для формирования активно-отрицательной позиции по отношению к наркотикам и вредным привычкам у школьников.

Все профилактические мероприятия направлены на решение следующих задач:

- формирование у обучающихся психологического иммунитета к наркотикам, алкоголю, табаку;
- формирование у школьников установок на ведение здорового образа жизни и улучшение их духовно-нравственной культуры;
- активизация разъяснительной работы среди родителей по вопросам профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения;

- проведение работы с родителями, направленной на формирование в семьях здоровьесберегающих условий здорового образа жизни, профилактику вредных привычек;
- предоставление подросткам объективной информации о негативных последствиях приема ПАВ, алкоголя и табака.

Основные направления работы.

- 1) Работа с детьми (общая воспитательная педагогическая работа с учащимися; работа по выявлению подростков, которые могут быть склонны к употреблению ПАВ; индивидуальная работа с детьми «группы риска»).
- 2) Работа с педагогическим коллективом (подготовка учителей к ведению профилактической работы; организационно-методическая работа с педагогами).
- 3) Работа с родителями: информирование и консультирование родителей по проблемам наркомании, употребления ПАВ, алкоголя, курения.

В рамках работы по данному направлению в 2025-2026 учебном году в школе проведены мероприятия в соответствии планом работы по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения. Так, в частности организованы и проведены:

Лекторий «Подросток и закон» (7-11 кл.)





День Здоровья







День Здоровья в

МБОУ СОШ №23



Конкурс рисунков
1-7 кл. «Мы за здоровый образ жизни»



Алкоголь - самый близкий коварный
ВРАГ!



Пьянству -
БОИ!



Беседы:

«Правонарушения и ответственность за них» (6-8 классы),

«Уголовная ответственность несовершеннолетних» (9-11 классы).

Профилактическая встреча с участием Обуховой Светланы Викторовны — начальника отдела дознания по Октябрьскому району, майора полиции.

Обухова Светлана Викторовна поговорила с ребятами о личной ответственности, последствиях противоправного поведения, о том, какие ошибки чаще всего приводят несовершеннолетних к конфликту с законом.

Особое внимание было уделено вопросам профилактики наркомании, токсикомании, употребления ПАВ, курительных смесей, а также исполнению областного закона о запрете пребывания несовершеннолетних на улице без сопровождения законных представителей после 22.00.





Встреча учащихся с инспектором ОПДН линейного отдела полиции си. Шахтная майор полиции Ампилогова Татьяна Александровна

Цикл бесед о вреде наркотиков «Ты попал в беду» (8-11 классы)





Выпуск листовок, памяток по пропаганде ЗОЖ

Что нужно знать о НАРКОМАНИИ

Мифы о наркотиках

Миф 1: Попробуй - пробую все. Это не так: 80% подростков никогда не пробовали наркотиков.

Миф 2: Существуют «Безвредные» наркотики. Это не так. Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

Миф 3: От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться. Это не так. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

Миф 4: Наркотики дают ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия. Это не так. Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.

Миф 5: Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет. Это не так. Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

Миф 6: Лучше бросить постепенно. Это не так. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

Что такое наркомания

Наркомания - болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ. Наркотики - вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания. Одной из особенностей применения наркотиков является быстро возникающее привыкание. Наркотические вещества попадая во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. Они влияют на психику, приводят к духовной деградации и полному физическому истощению организма. У наркомана изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни. Наркомания поражает всю личность человека: уничтожаются нравственные качества, человек становится психически неуравновешенным, зачастую он теряет друзей, семью, вовлекается в преступность, приносит несчастья себе и окружающим.

Влияние на организм

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.
- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, весь организм дряхлеет, как в старости.
- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, наркоманов, поэтому они слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.
- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.)
- Наркомания приводит к повышению риска заболеваний онкологическими заболеваниями, повреждению головного мозга.
- Иммуитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.

Как сказать: «Нет!»?

1. Назови причину - скажи, почему ты не хочешь этого делать.
- Я знаю, что это опасно для меня.
- Я уже пробовал, и это мне не понравилось.
3. Будь готов к различным видам давления. Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будь готов уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.
3. Выбери союзника: человека, который согласен с тобой, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
4. Избегай подобных ситуаций. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах эти люди собираются. Постарайся быть подальше от этих мест, от этих людей.
5. Дружи с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики и не будут делать этого сами.

Обратите внимание!

Основной признак употребления курительных смесей – подросток **начинает пропускать уроки, падает успеваемость, вообще перестает ходить в школу. Все время едет. Появляются друзья, о которых не рассказывает. При разговоре с ними по телефону уходит в другую комнату, или говорит что наберет позднее.**

Появляется раздражительность до христы, уходит от любых серьезных разговоров, уходит от контактов с родителями, отключает телефон. При постоянном употреблении становится очевидной деградация. Думает долго, неоправданно, постоянно просит деньги, задевает в долги, начинает уносить вещи из дома.

Употребление курительных смесей – частая причина подростковых **суицидов**. Как правило, выходят из окон. Это не значит, что подросток хотел свести счеты с жизнью, возможно, он просто хотел полетать.

Обнаружив у своего ребенка маленькую упаковку с яркой этикеткой, **обратите на нее должное внимание.**

НО БЕДЫ МОЖНО ИЗБЕЖАТЬ!

Просто нужно внимательно следить за подростком, его физическим состоянием, настроением, интересоваться его времяпрепровождением и окружением.

Берегите своих детей и их здоровье, выбирайте жизнь!

Если вы заметили странности в поведении вашего ребенка, **немедленно примите меры**. А если вам известно о местах сбыта курительных смесей – не тяните, обращайтесь с заявлением в полицию по месту жительства, в ГУВД, либо по телефону доверия.

Только так вы сможете помочь ему избежать роковой ошибки.

**СКАЖИ
НАРКОТИКАМ
НЕТ!**

**ОСТОРОЖНО:
СПАЙСЫ
УБИВАЮТ!**



**ПАМЯТКА
для учащихся
и их родителей
по профилактике
употребления
курительных смесей**

Слово «наркотик» в переводе с греческого означает «онемение» - это психоактивное средство, снижающее физическую и умственную активность, притупляющее боль и оказывающее успокаивающее и снотворное действие.

ПОЧЕМУ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ

- нет сил справиться с трудностями;
- нет взаимопонимания с родителями;
- проблемы в школе;
- давление со стороны старших ребят;
- желание установить дружеские отношения в новой компании;
- возможность привлечь внимание;
- неумение интересно проводить свободное время;
- чтобы расслабиться;
- просто попробовать, ради интереса;
- «за компанию»;
- чтоб казаться взрослее или «круче».

К ЧЕМУ ЭТО ПРИВОДИТ

- Человек становится раздражительным, злым и безразличным ко всему происходящему.
- Резкие и частые перепады настроения, ухудшение памяти и внимания, потеря жизненных ценностей.
- Разрушение семьи, ссоры с родителями, потеря друзей, снижение успеваемости в школе.
- Неоправданный внешний вид, изменения аппетита.
- Нарушение закона: кражи, насилие, разбои.
- Различные заболевания, бессонница.
- Несчастные случаи: травмы, пожары, аварии.
- Суицидальные наклонности.

КАК СКАЗАТЬ «НЕТ», КОГДА ПРЕДЛАГАЮТ НАРКОТИКИ

- Вежливый отказ:** «Хочешь попробовать?» - «Нет, спасибо. Это мне не интересно», «Я и без этого прекрасно себя чувствую».
- Более жесткий ответ:** «Не бойся - все путем» - «Это не для меня - мне не хочется умереть молодым!», «У меня нет на это времени».
- Объяснить причину отказа:** «Почему не хочешь?» - «Наркотики не решат мои проблемы», «Я найду, на что потратить деньги», «Я хочу быть здоровым».
- Сменить тему:** «Давай покайфуюм?» - «А ты слышал, что...», «Может, сходим в спортзал?»
- Надавить со своей стороны:** «Если бы ты был крутым, ты бы попробовал» - «Ты отстал от жизни, это сейчас не модно и не круто».
- Использовать юмор:** «Давай попробуй – будет весело» - «Я за витамины!».
- Не поддаваться на «слабо».** «Тебе слабо?» - «Мне слабо быть зависимым всю оставшуюся жизнь».
- Не проявлять интереса:** тебе предлагают наркотик – не обращай внимания, просто пройди мимо.
- Сила в числе.** Лучше общаться с тем, кто не употребляет наркотики.
- Избегать ситуации и мест, где на тебя могут оказать давление.** Если предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию? Настоящие друзья не будут предлагать тебе и тем более заставлять попробовать яд.

ЮРИДИЧЕСКАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Закон РФ «О наркотических средствах и психотропных веществах» запрещает потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача.

В соответствии с Уголовным кодексом РФ, мера наказания за преступление, связанное с наркотическими веществами:

1. **Употребление** наркотиков предусматривает штраф или арест до 15 суток.
2. **Приобретение, хранение, изготовление** грозит лишением свободы на срок от 3 до 10 лет.
3. **Производство, сбыт и пересылка** - лишение свободы на срок от 4 до 20 лет.
4. **Выращивание** наркосодержащих растений - штраф или арест на 15 суток, лишение свободы на срок от 2 до 8 лет.
5. **Склонение к употреблению** наркотических средств - лишение свободы на срок от 3 до 12 лет.



Помни! Даже при однократном употреблении наступает привыкание и зависимость!

Для родителей

Памятка для родителей

Уважаемые папы и мамы!

Для того чтобы избежать проблем, связанных с употреблением наркотиков вашими детьми, помните:

1. Вы должны быть своему ребенку самым близким человеком, независимо от тех трудных ситуаций, в которые он может попадать.
2. Если ребенок выходит из под вашего контроля, не замалчивайте проблему, идите к людям и специалистам, чтобы ее решить.
3. Если ваш ребенок курит, пьет спиртные напитки, вы не застрахованы оттого, что он может начать принимать наркотики.
4. Если вашему ребенку дома плохо, если он живет в мире ссор и скандалов, то он может оказаться в кампании, которая научит его, как уйти в мир счастья и покоя с помощью наркотиков.
5. Наблюдайте за поведением и состоянием здоровья вашего ребенка.
6. Если ваш ребенок испытывает необъяснимую тошноту, возбуждение, бред, галлюцинации, вам необходимо срочно обратиться к специалистам.
7. Старайтесь не отмахиваться от вопросов собственного ребенка, будьте справедливы и честны в оценке его поступков и действий.

СДЕЛАЙТЕ ЭТО СЕЙЧАС, ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМУ В БУДУЩЕМ



Вы все еще думаете, что зависимыми становятся исключительно дети из бедных и неблагополучных семей? Это не так. К сожалению, причина – не в недостатке, а в **неверно выстроенных отношениях** между родителями и ребенком.

Уважаемые взрослые, соберитесь и сосредоточьтесь. Обратите внимание на своего ребенка. Уделите ребенку Минуту Внимания! Выслушайте его! Поймите его! Да, уважаемые родители, очень часто нам лишь кажется, что мы слушаем своих детей, а на самом деле – это далеко не так. Ведь слушать – это не только слышать звучание голоса, отдельные слова и целые фразы. Это, во-первых, понимать их значение, сосредотачиваясь на этом и никуда не отвлекаясь в момент слушания. И, во-вторых, это – стремление понять говорящего, причём не только тему его речевого сообщения, но его личное восприятие данной темы, его чувства и эмоции, его состояние и его душевно-эмоциональные нужды.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ СЛУШАЙТЕ СВОЕГО РЕБЕНКА ВО ВСЕ УШИ, ВО ВСЕ ГЛАЗА, ВО ВСЕ МОЗГИ, ВО ВСЕ СЕРДЦЕ!

7 ВАЖНЕЙШИХ ПРАВИЛ, КАК УСЛЫШАТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА

- 1 Начинаяте слушать, что говорит ребенок, как только он начинает говорить первые словосочетания. Общение с детьми – это как поддержание постоянной спортивной формы: пропустил тренировку и уже отстал! Не упускайте любого момента пообщаться с вашими детьми.
- 2 Всегда смотрите ребенку в глаза. Если это невозможно (например, вы следите, чтобы не сбежало молоко на плите), вежливо извинитесь, как извинились бы перед взрослым. Так Ваш ребенок научится уважать собеседника.
- 3 Тихо побудьте какое-то время в поле зрения ребенка. Посидите на краешке песочницы, посмотрите мультики, которые он смотрит. Поправив на ночь одеяло, присядьте на минутку.
- 4 Правило четвертое. Короткое. Сердиты? Считайте до 10-ти, прежде чем отругать ребенка.
- 5 Задавайте обдуманные вопросы, имейте в виду, что вопросы, начинающиеся со слов: «А почему ты...», вызывают у ребенка только желание обороняться.
- 6 Старайтесь не всегда поправлять произношение или грамматику ребенка. Оставьте все другие мысли и дела, когда он с вами разговаривает. Постарайтесь показать ему, что вы его понимаете, сочувствуете, хотите помочь.
- 7 Правило седьмое и главное: просто любите и учитесь слушать своих детей!

Если ребенок Вам доверяет, он знает, что может обратиться к Вам за помощью или советом. Можете быть спокойны: в случае столкновения ребенка с предложением попробовать наркотики, он либо откажется от него самостоятельно, либо расскажет Вам об этом, и Вы сможете подсказать ему, как себя вести.

КАК РАСПОЗНАТЬ, ЧТО ПОДРОСТОК УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ

Внешние признаки:

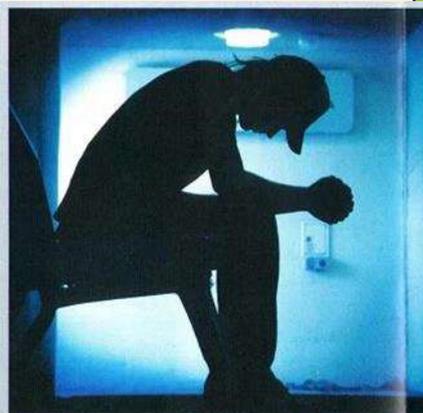
- Зрачки неестественно сужены / расширены, покраснение глаз.
- Нарушенная координация движений, заторможенность, нарушение речи, походки.
- Специфический запах (смесь табака с иным запахом – сладковатым или горьким, может быть запах ацетона), небрежность в одежде.
- Нарушение сна, аппетита, постоянная жажда.

Поведение:

- Резкие перемены в характере, частая необоснованная смена настроения: от чрезмерной веселости и болтливости до замкнутости и депрессии.
- Нарушение памяти, способности логически мыслить, снижение успеваемости.

Изменение привычек:

- Потеря интереса к старым увлечениям, смена круга общения, скупость (стремление все закрыть на ключ: комнату, ящики стола и т.п.).
- Телефонные разговоры или онлайн-переписки с новыми неизвестными лицами, с использованием непонятных слов.
- Вы можете найти у ребенка непонятные предметы: неизвестные таблетки или порошок, маленькие пакетики, пузырьки, поврежденные пластиковые бутылки или жестяные банки, пипетки и т.д.
- Если в доме курят, обратите внимание на пепельницу: если в ней появляется сигаретный табак, то это может означать, что сигарета была частично «выпотрошена», чтобы заменить табак на курительную смесь.
- Необъяснимое увеличение карманных расходов, пропадача вещей и денег из дома.



Родителям о наркомании

Родители, к сожалению, часто поздно замечают наклонности сына или дочери.

Необходимо обратить внимание на следующие признаки:

- Резкая смена друзей, прежние увлечения больше не интересуют, подросток становится более замкнут, скрытен;
- Частое проявление агрессии, раздражения со стороны подростка.
- Проявление беспокойства без видимых причин. Желание вырваться на улицу к друзьям;
- Проявление чрезмерной веселости, болтливости, повышенной жажды, аппетита. Либо вялость, сонливость, безразличие ко всему;
- Покраснение либо бледность кожных покровов. Зуд кожи лица либо кончика носа и за ушами;
- Очень узкие, точечные, либо расширенные зрачки;
- Остекленелый, «туманный» взгляд;
- Подросток меньше внимания уделяет своей внешности;
- От одежды подростка пахнет травой, ацетоном, среди вещей можно встретить шприцы, иглы, неизвестные пакетики и т.д.
- Карманные расходы возрастают, а из дома начинают пропадать вещи и деньги.

Что делать, если ребенок все же попробовал наркотики?

- Действуйте решительно, но ни в коем случае не угрожайте ребенку и не шантажируйте его;
- Постарайтесь понять проблемы, которые тревожат ребенка, и помогите в их решении;
- Оградите его от общения с людьми, в кругу которых он попробовал наркотики;
- Выработайте единую стратегию поведения с другими членами семьи;
- Не позволяйте ребенку играть на ваших разностях;
- Помогите найти ребенку интересное занятие, увлечение;
- Не предоставляйте его самому себе.

Как помочь ребенку сказать «НЕТ»

- Общайтесь со своим ребенком, а не обращайтесь к нему.
- Говорите с ним о проблемах алкоголя и наркотиков, как и о других житейских проблемах.
- Будьте образцом для своих детей. Дети быстро распознают фальшь и потом трудно завоевать их доверие.
- Ценность семьи. Подростки должны быть уверены в себе.
- В семье должны быть четкие правила в отношении наркотиков. Помогите найти детям увлечение или занятие.
- Хвалите своих детей. Они должны чувствовать поддержку и любовь родителей. Говорите, что Вы их любите.
- Ребенок должен знать, что Вы верите ему, и он поверит Вам.



Какие факторы психологического плана влияют на потребление подростками и молодежью наркотиков?

Частое вмешательство взрослых в принятие решений подростками. Взрослые решают, что должен делать подросток, а не он сам.

Подавление взрослыми мнений и прав подростков. Взрослые часто навязывают свое мнение детям.

Постоянные упреки взрослых в совершенных подростками каких-либо действий.

Действия взрослых, провоцирующие подростков к употреблению наркотиков?

Обращения взрослых: «Ты будешь делать так, как я тебе скажу», или: «Вечно ты все хочешь сделать по-своему, нужно прислушиваться к тому, что говорят старшие», или: «Снова ты натворил дел! Когда ты будешь слушаться?!». Подавление взрослыми мнений и прав подростков. Взрослые часто навязывают свое мнение детям.

Постоянные упреки взрослых в совершенных подростками каких-либо действий.

День большой профилактики. В проведении приняли участие: инспектор ПДН ОП-3 "Новочеркасское" мл. лейтенант полиции Филипов Алексей Николаевич, участковый уполномоченный ОП-3 "Новочеркасское" капитан полиции Елифанов Алексей Сергеевич, старший инспектор ОПДН линейного отдела полиции си. Шахтная майор полиции Ампилогова Татьяна Александровна, ведущий специалист КДНиЗП Администрации Октябрьского района Николаенко Иван Сергеевич. Учащимся ещё раз рассказали об их правах и обязанностях, об административной и уголовной ответственности за правонарушения и преступления.







Акция «Скажем курению - нет!»



Беседы: «Ответственность за употребление алкоголя, наркотиков», «О здоровом образе жизни», «Беда, которую несут наркотики», диспут «Быть здоровым – модно!», круглый стол «Профилактика употребления ПАВ» (5-11 классы





Проведение тематических классных часов:

«День против курения»;

«Здоровье - это жизнь»;

«Личность и алкоголь»;

«Вредным привычкам – нет! Здоровому образу жизни - да!»;

«О здоровом образе жизни»;

«Вредные и полезные привычки»









Веселые старты под лозунгом «Спорт вместо наркотиков»(1-4 кл.)





Спортивные соревнования (5-11 кл.)



Первичная профилактика носит комплексный характер: вопросы предупреждения курения, употребления детьми алкоголя, наркотиков, токсико-наркотических веществ рассматриваются в качестве звеньев единой системы воспитательного процесса. Воспитательный процесс сегодня немислим без мероприятий, имеющих целью помочь молодым приобрести необходимые навыки, обеспечивающие принятие ими большей ответственности за свое поведение, постановки целей, навыков эффективной учебы и положительного взаимодействия со сверстниками. Данная работа способствует сохранению жизни, здоровья и психологического благополучия детей и подростков в разных ситуациях, формированию у них здорового образа жизни.