



УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора Сахалинского высшего
морского училища им. Т. Б. Гуженко
филиала МГУ им. адм. Г. И. Невельского

Л. В. Захарина

Л. В. Захарина

« 21 » октября 2014 г.

ПРОГРАММА «МОЛОДЕЖЬ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Разработана на основе целевой воспитательной программы

МГУ им. адм. Г. И. Невельского

ВВЕДЕНИЕ

Потребление наркотиков представляет самую серьезную опасность для здоровья населения страны. Изучение и предотвращение наркомании становится самостоятельным научным направлением во многих странах. Когда-то наркомания рассматривалась как исключительно психологическая проблема, сейчас приходит понимание того, что это – заболевание, имеющее как личностные, так и социальные причины.

КОНЦЕПЦИЯ

Наркомания – это не личное дело каждого. В результате наркотизации у потребителя возникают серьезные проблемы со здоровьем, он легко заболевает тяжелейшими инфекционными заболеваниями и столь же легко их распространяет. Потребители наркотиков и больные наркоманией втягиваются в криминальную деятельность, находясь в состоянии наркотического опьянения, они представляют серьезную опасность для здоровья и жизни окружающих. Практически невозможно сочетать учебу или работу с употреблением наркотиков. Наркоманы нарушают и разрушают семьи, они не могут выполнять свой долг перед обществом и защищать интересы государства.

Эффективность профилактики наркомании обеспечивается разработкой и применением подходов, основанных на психосоциальных факторах, содействующий началу наркотизации. В рамках осуществления программы «Молодежь за здоровый образ жизни» в филиале применяются следующие подходы, основанные на:

- распространении информации о наркотических веществах (данный подход базируется на предоставлении частичной информации о наркотических веществах, их вредности и негативных последствиях употребления);
- эмоциональном обучении (данный подход базируется на учете того, что зависимость от наркотических веществ чаще развивается у личностей, имеющих трудности в определении и выражении эмоций, выявляющих интраперсональные факторы риска – низкую самооценку, слаборазвитые навыки принятия решений);

- формировании жизненных навыков (данный подход базируется на понятии изменения поведения и использует методы поведенческой модификации и терапии);
- укреплении здоровья.

Учитывая условия обучения и проживания курсантов морского вуза (проживание в казарменных условиях, эмоциональная депривация и частичная социальная депривация), профилактика наркомании, реализуемая в рамках программы «Молодежь за здоровый образ жизни» должна стать важной частью воспитательной работы.

Программа «Молодежь за здоровый образ жизни» рекомендуется к реализации в течение всего периода обучения в филиале.

Цель программы – организация эффективной профилактической работы по предотвращению массовой наркотизации и алкоголизации учащихся.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1. Пропаганда здорового образа жизни как профилактика наркомании в курсантской сфере;
2. Формирование умений использования характерологических особенностей личности для оптимального выбора и реализации целей, обучение навыкам психологической саморегуляции;
3. Создание условий для развития и реализации способностей, талантов и интересов курсантов во внеучебное время;
4. Разработка и доведение до сотрудников и учащихся филиала содержания и приемов профилактической работы с учащимися;
5. Объединение усилий сотрудников, профессорско-преподавательского и командного состава филиала в профилактике наркомании в учебном заведении.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ:

- Проведение занятий для сотрудников филиала: командиров рот, кураторов, преподавателей по овладению методами профилактики здорового образа жизни в курсантской среде;
- Проведение занятий для старшинского состава по овладению методами профилактики здорового образа жизни в курсантской среде;
- Проведение систематических выставок, пропагандирующих здоровый образ жизни;
- Организация контактов студентов и курсантов, употребляющих наркотические вещества с наркологом города;
- Проведение профилактических бесед о вреде употребления алкоголя и наркотических веществ, опасностях СПИДа и кожно-венерологических заболеваний;
- Пропаганда здорового образа жизни через СМИ;

Создание условий для эффективной профилактической работы по предотвращению массовой наркотизации учащихся.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результатом реализации программы «Молодежь за здоровый образ жизни» является:

- Формирование осознанного отношения курсантов к физическому и психическому здоровью;
- Приобретение курсантами уверенности в себе, навыков саморегуляции и правильного эффективного общения;
- Знание курсантами своих личностных психологических особенностей;
- Участие сотрудников филиала в профилактике наркомании в курсантской среде;
- Выработка единого подхода к профилактике наркомании в курсантской среде.

Мероприятия по реализации программы «Молодежь за здоровый образ жизни»

1. Информационная и образовательная работа для сотрудников

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Проведение занятий для командиров рот по утвержденной тематике.	1 раз в семестр	Начальник службы ВР
2.	Проведение занятий для кураторов и преподавателей	1 раз в семестр	Начальник службы ВР
3.	Проведение занятий со старшинским составом.	1 раз в семестр	Начальник службы ВР
4.	Привлечение членов общественных объединений училища к работе по программе профилактики наркомании.	В течении года	Председатель курсантского и студенческого совета
5.	Проведение действующей выставки « Я выбираю жизнь!» в библиотеке училища.	1 семестр	Зав. библиотеке

2. Работа с курсантами.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Индивидуальное психологическое консультирование по проблемам наркомании и алкоголизации курсантов.	В течении года	Начальник службы ВР
2.	Организация психологической	1 раз в	Начальник

	групповой работы среди учащихся 1-го и 2-го курсов по формированию жизненных навыков.	семестр	службы ВР
3.	Приглашение специалистов (юристов, медицинских работников). Проведение профилактических бесед о вреде наркомании, алкоголя, опасностях СПИДа и кожно-венерологических заболеваний в рамках кураторских часов, общекурсовых собраний с приглашением специалистов (юристов, психотерапевтов, наркологов).	В течении года	Начальник службы ВР
4.	Распространение информации об имеющихся телефонах доверия, центрах. Консультативных пунктах и анонимных кабинетах по профилактике и лечению наркомании.	Постоянно	Начальник службы ВР
5.	Психологические занятия в рамках кураторских часов, старшинских занятий; - причины и последствия наркомании и алкоголизации; - принятие ответственности за свою жизнь и здоровье, осознание ценностных приоритетов личности. Знакомство учащихся с принципами и возможностями здорового образа жизни (методы самостоятельного выхода из ситуаций высокого эмоционального напряжения, приемы релаксации, психотехники самостоятельного вхождения в состояния, способствующие раскрытию творческого потенциала – «Новый взгляд на мир». «Я и общество» - обсуждение распространенных в молодежной среде установок и взглядов на здоровый образ жизни и на	Постоянно	Зам.директора по ВР, Начальник службы ВР, Зав.клубом

<p>принятие наркотических веществ. Умение отстаивать свою точку зрения, принятие ответственности; - проведение кураторских часов с просмотром документальных и художественных проблемам молодежи и наркотиков. Выступление агитбригад «Мы - за здоровый образ жизни».</p>		
---	--	--

3.Методическая работа.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	<p>Проведение социологического опроса с целью выявления отношения курсантов к проблеме наркомании, степенью знакомства с наркотическими веществами, степенью распространенности наркотиков в курсантской среде.</p>	1 раз в год	Начальник службы ВР
2.	<p>Разработка методических рекомендаций по проблеме наркомании и здорового образа жизни: - для курсантов; - для командиров рот, кураторов, преподавателей.</p>	В течении года	Начальник службы ВР

Зам.директора по ВР



Е.Е.Вакуленко