



Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Международный Университет Восстановительной Медицины»
(АНО ВО «МУВМ»)

**ПРОГРАММА ПРОПАГАНДЫ И ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ПРОФИЛАКТИКИ И ЗАПРЕЩЕНИЯ
КУРЕНИЯ, УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЬНЫХ,
СЛАБОУАКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ, ПИВА, НАРКОТИЧЕСКИХ
СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ ПРЕКУРСОРОВ И
АНАЛОГОВ И ДРУГИХ ОДУРМАНИВАЮЩИХ ВЕЩЕСТВ,
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ВЫЗЫВАЕМЫХ ВИЧ -
ИНФЕКЦИЕЙ И ПРАВОНАРУШЕНИЙ СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2018 - 2021 ГГ.**

Москва, 2018

Программа пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни, профилактики и запрещения курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждения заболеваний, вызываемых ВИЧ - инфекцией и правонарушений среди обучающихся на 2018 - 2021 гг. АНО ВО «Международный Университет Восстановительной Медицины», [сост. Лукьянова А.С., Неруш Т.А., Голубина А.И.]. – М., 2018. – 17 с.

СОСТАВИТЕЛИ:

Начальник Методического
Управления

Неруш Татьяна
Алексеевна


(подпись)

Главный специалист отдела
методического обеспечения
программ ДПО

Голубина Анна Игоревна


(подпись)

Главный специалист отдела
методического обеспечения
программ ДПО

Лукьянова Анна
Сергеевна


(подпись)

ОТВЕТСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР:

Ректор АНО ВО «МУВМ»,
к.м.н., доцент И.А. Бокова

ОБСУЖДЕНА И ОДОБРЕНА

1. Ученым советом АНО ВО «МУВМ»
2. Протокол от «28» мая 2018 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ректора АНО ВО «МУВМ»
От «29» мая 2018 г. № 2905.03-02

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела	Страница
1.	Актуальность проблемы и обоснование необходимости ее решения программными методами	4
2.	Сроки и механизмы реализации Программы	5
3.	Предполагаемые результаты реализации Программы	5
4.	Цель и задачи Программы	6
5.	Принципы организации системы по пропаганде и обучению навыкам ЗОЖ, профилактики и запрещения курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждения заболеваний, вызываемых ВИЧ-инфекцией и правонарушений среди обучающихся	7
6.	Основные направления программы и планируемые мероприятия	8
7.	Условия реализации программы	10
8.	<i>Приложение 1. Материалы для мониторинга обучающихся</i>	12

**ПРОГРАММА ПРОПАГАНДЫ И ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ПРОФИЛАКТИКИ И ЗАПРЕЩЕНИЯ
КУРЕНИЯ, УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЬНЫХ,
СЛАБОАЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ, ПИВА, НАРКОТИЧЕСКИХ
СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ ПРЕКУРСОРОВ И
АНАЛОГОВ И ДРУГИХ ОДУРМАНИВАЮЩИХ ВЕЩЕСТВ,
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ВЫЗЫВАЕМЫХ ВИЧ-
ИНФЕКЦИЕЙ И ПРАВОНАРУШЕНИЙ СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА
2018 - 2021 ГГ.**

**1. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ И ОБОСНОВАНИЕ
НЕОБХОДИМОСТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ**

В период обучения в высшем учебном заведении обучающиеся испытывают воздействие целого комплекса вредных факторов, негативно влияющих на состояние их физического, психического здоровья. Изменение стереотипа окружения, возрастание психологической нагрузки, дезориентация в обществе, особенно на начальном этапе обучения в высшем учебном заведении, приводят к стрессовому напряжению у обучающихся.

Учебная деятельность в условиях информационной перегрузки, способствует возникновению стресса, связанного с дефицитом времени, что, в конечном итоге, приводит к депрессии, психовегетативным расстройствам и различным заболеваниям.

В соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273, здоровье обучающихся относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

В образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, так как биологическая реакция организма зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы воздействия образовательной среды.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья обучающихся.

Сохранение здоровья имеет большое социально-медицинское, общественное и стратегическое значение. Сегодняшним обучающимся предстоит реализовывать такие важные социальные функции общества как профессионально-трудовая, репродуктивная, интеллектуальная и нравственная. Высшее является важнейшим институтом формирования образованной, квалифицированной, культурной и интеллектуальной элиты государства.

Здоровый образ жизни подразумевает способ и организацию физической, социальной и духовной жизнедеятельности людей, обеспечивающий их действенное развитие, работоспособность и активное долголетие.

Укреплением здоровья является система индивидуальных и общественных мероприятий, направленных на совершенствование здорового образа жизни человека и социума.

Программа «Пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни, профилактики и запрещения курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждения заболеваний, вызываемых ВИЧ-инфекцией и правонарушений среди обучающихся на 2018 - 2021 гг.» (далее - Программа) призвана действовать в рамках Автономной некоммерческой организации высшего образования «Международный Университет Восстановительной Медицины» (далее - Университет) и направлена на обучение сознательному отказу от курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, формирование ценностного отношения к себе и к собственному здоровью, умения выходить из проблемных ситуаций, формирование уверенности в себе.

Программа представляет собой комплекс мероприятий, призванных обеспечить решение основных задач в сфере профилактики наркотической, алкогольной, никотиновой и иных видов зависимостей, а также ВИЧ-инфекций в молодежной среде, охраны здоровья, предупреждение правонарушений и устранение антиобщественного поведения среди студентов филиала, формирование и развитие социально-поддерживающих сетей сверстников и взрослых.

2. СРОКИ, МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Устанавливаются следующие сроки реализации Программы - 2018-2021 гг.

Механизм реализации программы: выполнение программы осуществляют следующие структурные подразделения Университета:

1. кафедры;
2. методическое управление;
3. учебное управление.

Координацию выполнения программы осуществляет администрация филиала.

3. ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация Программы предполагает следующие результаты:

1. Повышение уровня физического, психического и социального здоровья обучающихся;
2. Повышение уровня профилактической работы;

3. Создание оптимального режима учебного труда;
 4. Развитие мотивации здоровьесберегающего поведения субъектов образовательного процесса;
 5. Формирование оптимального морально-психологического климата в учебных группах;
 6. Предупреждение распространения наркомании и ВИЧ-инфекции среди обучающихся;
 7. Предупреждение нарушений общественного порядка обучающимися Университета;
 8. Снижение уровня асоциальных явлений в среде обучающихся;
 9. Развитие деятельности по оказанию психологической помощи и поддержки обучающимся, попавшим в трудную жизненную ситуацию;
 10. Формирование волонтерских групп для проведения профилактической работы;
 11. Осознанное отношение обучающихся, профессорско-преподавательского состава к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
 12. Удовлетворенность обучающихся качеством образования.
- Контроль за выполнением программы возлагается на ректора Университета.

4. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель:

Социально-нравственное оздоровление обучающихся, подготовка к самореализации в обществе в качестве полноценных граждан и специалистов, формирование у них мотивации к здоровому образу жизни, стремления к укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей.

Задачи:

- формирование знаний, отношений и установок через просветительскую (образовательную) деятельность;
- профилактика социальных отклонений (правонарушений) в Университете как средство формирования личности;
- совершенствование санитарно-гигиенической, консультативной, информационной работы со всеми участниками образовательного процесса;
- пропаганда среди обучающихся здорового образа жизни, профилактика наркомании, СПИДа, алкоголизма, курения и других видов зависимостей;
- предупреждение правонарушений и устранение антиобщественного поведения;
- формирование культуры межнационального общения и профилактика экстремистских проявлений среди обучающихся;
- формирование и развитие социально-поддерживающих сетей;

- создание условий для личностного роста обучающихся и самореализации;
- создание условий для формирования позитивного отношения к себе и окружающему миру;
- привлечение активной студенческой молодежи к волонтерской деятельности по реализации Программы;
- повышение результативности методической работы по вопросам здоровья сбережения образовательного процесса и предупреждения травматизма;
- мониторинг и оценка эффективности программной профилактической деятельности.

5. ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ СИСТЕМЫ ПО ПРОПАГАНДЕ И ОБУЧЕНИЮ НАВЫКАМ ЗОЖ, ПРОФИЛАКТИКИ И ЗАПРЕЩЕНИЯ КУРЕНИЯ, УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЬНЫХ, СЛАБОУАКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ, ПИВА, НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ ПРЕКУРСОРОВ И АНАЛОГОВ И ДРУГИХ ОДУРМАНИВАЮЩИХ ВЕЩЕСТВ, ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ВЫЗЫВАЕМЫХ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ И ПРАВОНАРУШЕНИЙ СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Принципами организации системы по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, профилактики и запрещения курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждения заболеваний, вызываемых ВИЧ-инфекцией и правонарушений среди обучающихся Университета являются:

- оптимизация учебно-воспитательного процесса;
- ориентация на систематическую работу с обучающимися по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, профилактики употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждения заболеваний, вызываемых ВИЧ-инфекцией;
- создание системы гражданско-правового воспитания, направленной на профилактику преступлений и правонарушений в среде обучающихся;
- грамотная психологическая поддержка;
- обеспечение охранных мер, препятствующих проникновению наркотиков и употреблению их в здании Университета.

6. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ И ПЛАНИРУЕМЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

№ п/п	Направления деятельности	Мероприятия
1.	Образовательная деятельность. Внедрение элементов профилактики разных видов зависимостей через преподавание общепрофессиональных и специальных дисциплин.	- семинар на тему «Право» (правовые аспекты распространения, хранения и употребления наркотиков, административная и уголовная ответственность и др.). - семинар на тему «Безопасность жизнедеятельности» (механизм воздействия алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ на организм человека). - семинар на тему «Психология»
2.	Проведение профилактических мероприятий.	- Создание нормативно-правовой базы, обеспечивающей эффективное решение задач профилактической работы. - Дни здоровья. - Встречи с психологами, врачами наркологами и сотрудниками Управления ФСКН России, общественными организациями и культурно-просветительскими обществами. - Участие обучающихся Университета во Всероссийских, региональных, городских и общеуниверситетских акциях и проектах, направленных на формирование здорового образа жизни и профилактику правонарушений в среде обучающихся. - Организация и проведение конкурсов социальных плакатов, социальной рекламы, роликов и слоганов. - Подготовка и выпуск тематических публикаций, касающихся вопросов профилактики табакокурения, употребления наркотических, алкогольных и иных веществ. - Привлечение обучающихся к участию в культурно-массовых мероприятиях. - Организация и проведение спортивных мероприятий, спартакиад, соревнований (университетские, городские, районные, краевые и всероссийские).

		- Участие обучающихся Университета во Всероссийских, региональных, районных и общеуниверситетских акциях и проектах, направленных на формирование здорового образа жизни и профилактику правонарушений в среде обучающихся. - Организация конференций, молодежных дискуссий и круглых столов по вопросам здорового образа жизни, культуры межнационального общения и профилактики экстремистских проявлений в среде обучающихся. - Подготовка волонтеров из числа обучающихся по проведению пропаганды социально активного поведения. - Просмотр фильмов о вреде наркомании, алкоголя, курения и токсикомании.
3.	Проведение мероприятий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающихся	- Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда. - Организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом. - Прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации. - Профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ. - Обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в Университете. - Профилактика несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в Университете. - Проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

4.	Психологическая помощь и поддержка.	- Разработка методических материалов по созданию эффективной системы социально-психологического мониторинга. - Профилактические лекции кураторов с целью профилактики правонарушений, наркомании, заболеваний, вызываемых ВИЧ-инфекцией. - Проведение тренингов, кураторских часов направленных на формирование здорового образа жизни обучающихся.
5.	Мониторинговые исследования.	- Организация и проведение социально - психологического мониторинга, включающего анкетирование обучающихся, оценку социальнопсихологического климата в группах, оценку благополучия (выявление неблагополучных) мест проживания и досуга обучающихся. - Анкетирование обучающихся по вопросам отношения к наркотическим средствам, по определению сексуального поведения и риска заражения ВИЧ-инфекцией, с целью определения социальной ситуации в студенческой среде. - Анкетирование «Определение эмоционального состояния и личностных особенностей молодежи для профилактики употребления ПАВ» - Проведение мониторинга с целью изучения эффективности профилактической работы в филиале.

7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Необходимым условием реализации Программы, учитывающей особенности коллектива обучающихся, его интересов и склонностей, сотворчества педагогов и студентов является обеспечение целостности и единства сфер учебной и внеучебной деятельности.

Уровни Программы - Университет, уровень группы обучающихся, отдельных групп внутри нее и индивидуальный.

Программа является открытым документом для внесения изменений и дополнений. Корректировка Программы может осуществляться в течение срока ее реализации.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ МОНИТОРИНГА ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Анкета по проблеме наркомании для образовательных учреждений

Инструкция: выберите правильный ответ или несколько и пометьте галочкой.

Ваш возраст _____ Пол _____

1. Что Вам известно о наркотиках?

- а) личный опыт
- б) опыт друзей, знакомых
- в) информация в СМИ

2. Есть ли у Вас друзья или знакомые, пробовавшие или употребляющие наркотические и токсические вещества?

- а) да
- б) нет

3. Предлагали ли Вам друзья или знакомые попробовать наркотические или токсические вещества?

- а) да
- б) нет

4. Пробовали ли Вы сами наркотические или токсические вещества?

- а) да
- б) нет

5. Если пробовали, то какие? _____

6. Что на Ваш взгляд толкает людей на потребление наркотиков?

- а) одиночество
- б) любопытство
- в) влияние окружающих

7. О каких видах наркотиков, распространяемых на территории Москвы и области Вам известно? _____

8. Наркомания – это:

- а) преступление
- б) вредная привычка
- в) болезнь

9. Специалисты утверждают, что наркомания неизлечима. Ваша точка зрения?

- а) да, это диагноз на всю жизнь
- б) да, практически неизлечима

- в) нет, шанс есть всегда
- г) нет, излечение зависит от человека

10. Какая зависимость труднее всего поддается лечению?

- а) психическая
- б) физическая

11. Российским законодательством в уголовном порядке наказывается:

- а) употребление наркотиков
- б) изготовление наркотиков
- в) хищение или вымогательство наркотических веществ

12. Считаете ли Вы, что употребление наркотиков каннабисной группы (марихуана) вызывает привыкание, зависимость?

- а) да
- б) нет
- в) не знаю
- г) нет ответа

13) Какое чувство вызывают у Вас наркоманы?

- а) сострадание
- б) нетерпимость
- в) толерантность

14. Что, на Ваш взгляд, может изменить ситуацию с незаконным потреблением наркотиков?

- а) изменение законодательства в сторону ужесточения ответственности за сбыт и распространение наркотиков
- б) введение обязательного принудительного лечения от наркомании
- в) усиление антинаркотической пропаганды среди молодежи
- г) увеличение числа досуговых учреждений (доступность кружков, секций)

15. Следует ли вводить, на Ваш взгляд, обязательное анонимное тестирование несовершеннолетних и молодежи на предмет раннего выявления наркоманов?

- а) да
- б) нет
- в) затрудняюсь ответить

16. Какие формы профилактики наркомании Вы считаете наиболее интересными?

Укажите их. _____

2. Анкета «Вредные привычки»

1 часть. Продолжите, пожалуйста, предложения:

1. По моему мнению, вредные привычки это:

2. Самыми пагубными вредными привычками я считаю:

3. Последствиями вредных привычек я считаю:

2 часть. Ответьте на предложенные Вам вопросы, выбрав один из вариантов ответа.

4. Ваше отношение к вредным привычкам?

- А – положительное
- Б – нейтральное
- В - негативное

5. Какой способ борьбы с вредными привычками Вы выберете?

- А – ничего не будете делать
- Б – оставите на сегодняшнем уровне
- В - Ужесточите наказание

6. Если среди Ваших друзей окажется человек, который употребляет наркотики то вы?

- А – продолжите с ним общаться
- Б – измените к нему отношение
- В – перестанете с ним общаться

7. Если Ваш (а) друг (подруга) решит попробовать наркотики то вы?

А – Поддержите

Б – Оставьте выбор за ним (ней)

В – Попытайтесь отговорить

8. Если Ваш (а) друг (подруга) решит попробовать алкоголь или табачные изделия то вы?

А – Поддержите

Б – Оставьте выбор за ним (ней)

В – Попытайтесь отговорить

3 часть. Ответьте на предложенные Вам вопросы, выбрав один из вариантов ответа.

9. Что, по вашему мнению, является источником появления вредных привычек?

А – Семья

Б – Улица

В – Средства массовой информации

Г – Ближайшее окружение человека

Свой ответ -

10. Оцените Вашу степень информированности о видах и способах употребления алкоголя, табачных изделий и наркотических средств от 1 до 10:

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Анкета «Вредные привычки. Как им противостоять?»

Инструкция: ответьте на вопросы анкеты.

Ваш пол _____

Возраст _____

1. Считаете ли вы серьезной проблему получения школьниками, студентами, молодежью информации о влиянии различных вредных привычек на организм (свой и окружающих)?

2. Как вы считаете, обладаете ли вы достаточной информацией о реальном действии на организм наркотических средств, табака, алкоголя и мерах профилактики, борьбы и лечения? Источник поступления сведений:

А) школьное и студенческое образование

Б) пресса и телевидение

В) общение со сверстниками или укажите другой источник

3. Что вы считаете вредными привычками? (перечислить)

5. Какая (какие) из вредных привычек, на ваш взгляд, является наиболее вредной и почему? (обосновать ответ)

6. Назовите наиболее распространенную вредную привычку среди ваших знакомых и назовите причины, на ваш взгляд, являющиеся основой возникновения этой привычки.

7. Как вы относитесь к наличию вредных привычек у своих близких и друзей?

8. Влияет ли на продолжение дружеских отношений факт приема наркотиков вашим другом (подругой)?

9. Какие причины, на ваш взгляд, могут служить оправданием постоянного приема алкоголя или наркотиков?

10. Есть ли для вас разница, какой именно вид наркотических препаратов принимает человек?

11. Одинаково ли ваше отношение к наличию вредных привычек у мужчин и женщин?

12. Возможно ли, на ваш взгляд, избавиться от вредных привычек самостоятельно?

13. Как вы считаете, нужны ли социальные меры борьбы с вредными привычками, и какие меры, на ваш взгляд, являются наиболее действенными?

14. Имеете ли вы вредные привычки? Если да, то:

А) какие?

Б) в каком возрасте приобретены?

В) при каких обстоятельствах?

15. Испытываете ли вы комфорт или дискомфорт от наличия у вас вредной привычки? Если да, то, что именно вам нравится (не нравится)?

16. Хотите ли вы избавиться от своих вредных привычек? Если да, то что вы пытались предпринять или планируете предпринять в связи с этим?

17. Имеете ли вы личный опыт избавления от вредной привычки? Если да, то, каким способом вам удалось достичь успеха?

18. Ваше отношение к рекламе табака и спиртных напитков в средствах массовой информации?

19. Как совмещаются занятия спортом с наличием вредной привычки?

20. Какое действие на организм оказывает курение?

21. Какое действие на организм оказывает постоянный прием спиртных напитков?

22. Какое действие на организм оказывает прием наркотических препаратов?

23. Каковы, на ваш взгляд, последствия глобальной наркотизации России на современном этапе?

24. Назовите факторы, способствующие, на ваш взгляд, увеличению числа курящих, пьющих, принимающих наркотики детей в России?

25. В каких странах проблема наркомании стоит столь же остро, как в России и каковы, на ваш взгляд, причины этого явления?
