

**СБОРНИК МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ
В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ ХАБАРОВСКОГО КРАЯ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА
ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**



**профилактические программы
по формированию здорового образа жизни**

Сборник методических материалов по организации работы в профессиональных образовательных организациях Хабаровского края по формированию здорового образа жизни обучающихся/
Сост. Олифер О.О., Поздеева К.А. – КГБУ ХЦППМСП – Хабаровск, 2019, 200 с.

Рецензент: А.А. Галич – педагог-психолог, начальник отдела по педагогическому сопровождению КГБУ ХЦППМСП

Данное издание является сборником методических разработок, основанных на опыте работы профессиональных образовательных организаций Хабаровского края по формированию здорового образа жизни обучающихся. В сборник вошли работы победителей в краевом конкурсе на лучшую организацию работы в профессиональных образовательных организациях Хабаровского края по формированию здорового образа жизни обучающихся в 2018 году.

Сборник будет полезен специалистам системы образования и воспитания при составлении долгосрочных комплексных программ, проектов, планов по формированию позитивных установок на сохранение, укрепление и развитие нравственного, физического и духовного здоровья обучающихся.

Методические рекомендации издаются в рамках реализации мероприятий, предусмотренных государственной программой Хабаровского края «Обеспечение общественной безопасности и противодействие преступности в Хабаровском крае» (Постановление Правительства Хабаровского края от 31 декабря 2013 года № 482-пр).



СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Номинация: «Лучшая методическая разработка по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни через волонтерскую деятельность»	5
КГБ ПОУ «Чегдомынский горно-технологический техникум» Проект «Опыт и идеи. Волонтерство как форма спортивного движения» в КГБ ПОУ «Чегдомынский горно-технологический техникум»	
КГА ПОУ «Губернаторский авиастроительный колледж г. Комсомольска-на-Амуре (Межрегиональный центр компетенций)» Методическая разработка по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни через волонтерскую деятельность	19
Номинация: «Лучшая методическая разработка по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся, проживающих в общежитии»	120
КГБ ПОУ «Вяземский лесхоз-техникум им. Н.В. Усенко» Профилактика и формирование навыков здорового образа жизни обучающихся 1-4 курсов, проживающих в общежитии КГБ ПОУ ВЛХТ	
КГБ ПОУ «Хорский агропромышленный техникум» Методическая разработка «Профилактика и формирование навыков здорового образа жизни обучающихся, проживающих в общежитии»	151
Номинация: «Лучшая методическая разработка по организации мероприятий с родительской общественностью по формированию навыков здорового образа жизни в семье»	170
КГБ ПОУ «Солнечный промышленный техникум» Методическая разработка по формированию здорового образа жизни обучающихся «Все начинается с семьи»	
КГБ ПОУ «Хабаровский колледж отраслевых технологий и сферы обслуживания» Нетрадиционные формы работы с родительской общественностью по формированию навыков здорового образа жизни в семье	190

Введение

Ежегодно среди профессиональных образовательных организаций Хабаровского края проходит краевой конкурс на лучшую организацию работы в профессиональных образовательных организациях Хабаровского края по формированию здорового образа жизни обучающихся (далее – Конкурс).

Конкурс проводился в рамках реализации государственной программы Хабаровского края «Обеспечение общественной безопасности и противодействие преступности в Хабаровском крае», утвержденной постановлением Правительства Хабаровского края от 31 декабря 2013 г. № 482-пр, при поддержке министерства образования и науки Хабаровского края.

Организатором конкурса являлось краевое государственное казенное учреждение «Центр по развитию семейных форм устройства детей, оставшихся без попечения родителей, и постинтернату сопровождению».

В 2018 году Конкурс проводился в целях обобщения и распространения положительного опыта работы, направленной на обновление содержания, форм и методов по формированию мотивации к ведению здорового образа жизни обучающихся профессиональных образовательных организаций Хабаровского края, через волонтерскую деятельность, работу с обучающимися, проживающими в общежитиях, и взаимодействие с родительской общественностью.

В Конкурсе принимали участие педагоги, социальные педагоги, педагоги-организаторы, воспитатели общежитий, кураторы студенческих групп, педагогические коллективы и другие инициативные группы профессиональных образовательных организаций Хабаровского края.

В данный сборник вошли методические разработки победителей Конкурса и работы, отмеченные Жюри.



Номинация:
Лучшая методическая разработка
по профилактике и формированию навыков здорового
образа жизни через волонтерскую деятельность

Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Чегдомынский горно-технологический техникум»

ПРОЕКТ

«Опыт и идеи. Волонтерство
как форма спортивного движения
в КГБ ПОУ
«Чегдомынский горно-технологический техникум»

Авторы проекта:

Заместитель директора по физкультурно-оздоровительной работе:
Фоменко И.В.;

Руководитель физического воспитания: Ильина Л.Г.;

Мастер производственного обучения: Фоменко С. И.

Срок реализации проекта: 2015 – 2020г.г.

Участники проекта: молодежь в возрасте 15-25 лет.

Актуальность проекта.

Сегодня одним из основных понятий здоровья является понятие культуры здоровья. Под культурой здоровья понимается осознанное восприятие здоровья как ценности и мотивация к здоровому образу жизни. Одна из основных воспитательных функций волонтерского объединения – сделать знания детей и молодежи по здоровому образу жизни не только доступными, но и жизненно необходимыми. Годы обучения в образовательных учреждениях совпадают с завершающим этапом биологического, физическо-го, психического и социального формирования и являются бла-

поприятными для формирования устойчивой мотивации к постоянному самосовершенствованию и ведению здорового образа жизни. Актуальность формирования культуры здоровья детей и молодежи несомненна. Приоритетным направлением в данной сфере является организация системы наставничества: волонтеры – детям и молодежи. При этом дети получают информацию в интересной и доступной форме. Таким образом, волонтеры фактически помещаются в условия, при которых у них «ненавязчиво» и гармонично формируется культура здоровья.



Актуальность данного направления подтверждает Государственный образовательный стандарт (ФГОС), согласно которому, для образовательной деятельности в учреждениях образования у детей и молодежи необходимо формировать общекультурные и профессиональные компетенции (ОК и ПК), направленные на формирование культуры здоровья. Переход на новый образовательный стандарт предусматривает включение преимущественно активных форм взаимодействия, в данном проекте волонтеров и молодежи, в связи с чем, необходимо учить участников волонтерского объединения навыкам эффективного общения, принятию самостоятельных решений, умению работать в команде, проведению дискуссий, деловых и ролевых игр, презентаций и пр.

Цель проекта: воспитание культуры здоровья, формирование здорового образа жизни детей и студенческой молодежи посредством развития волонтерского движения в КГБПОУ «Чегдомынский горно-технологический техникум» на территории Верхнебуринского района.

Волонтерская деятельность является добровольной безвозмездной помощью людям, перед которыми нет никаких личных обязательств. Одному человеку волонтерство помогает самоутвердиться, а другому оно необходимо как средство от одиночества, кто-то ищет новых знакомств и впечатлений, а кто-то просто хочет



ощутить себя полноценным человеком Спортивное волонтерство как разновидность волонтерской деятельности – новое направление в молодежной среде. На сегодняшний день ни одно спортивное мероприятие не может обойтись без эффективной работы волонтеров. Основной целью деятельности является решение организационных вопросов, создание на мероприятии потрясающей атмосферы ощущения праздника для участников и зрителей. Спортивно-оздоровительная работа, пропаганда и внедрение физической культуры и здорового образа жизни в «Чегдомынском горно-технологическом техникуме» осуществляется на основе комплексного подхода, ориентированного на формирование новой компетенции, – ответственности за свое здоровье и здоровье других людей.

КГБ ПОУ «Чегдомынский горно-технологический техникум» является инновационной площадкой развития спортивного волонтерства на территории Верхнебуреинского муниципального района.

Физкультурно-оздоровительный комплекс «Территория спорта», спортивная база нашего образовательного учреждения. Современный хорошо оснащенный физкультурно-оздоровительный комплекс предназначен для проведения учебных занятий со студентами и организации и проведения спортивно-массовых мероприятий, районных и краевых соревнований по различным видам спорта. Оказания оздоровительных услуг, направленных на занятия спортом, детей, подростков, студентов и взрослого населения.

Важным фактором в развитии спортивно-оздоровительной деятельности на территории района, стало создание спортивного движения волонтеров «Присоединяйся» в «Чегдомынском горно-технологическом техникуме», активисты которого являются инициаторами не только в организации секционных занятий, определения их спортивного профиля, но и организаторами массовых спортивных мероприятий для школьников и населения. Его силами с 2015 года в нашем образовательном учреждении реализуется проект «Опыт и идеи. Волонтерство – как форма спортивного движения» в КГБ ПОУ «Чегдомынский горно-технологический техникум». Спортивное движение волонтеров – это общественная

организация тренеров, преподавателей и студентов, способствующая развитию физической культуры, спорта и туризма в техникуме. Организация принимает самое непосредственное участие в планировании, организации и проведении спортивных мероприятий в техникуме и районе, занимается разработкой и подготовкой мероприятий в рамках проекта, осуществляют агитационную деятельность по формированию ЗОЖ, по повышению заинтересованности студенческой молодежи и жителей поселка в занятиях физической культуры и спортом.

За четыре года реализации проекта активистами разработаны и проведены новые массовые, зрелищные мероприятия спортивно-оздоровительной направленности для различных групп населения, а так же профилактические кампании и акции, способствующие повышению мотивации к здоровому образу жизни. Вот некоторые проведенные мероприятия, реализованные проекты при поддержке и организации спортивного движения «Присоединяйся» в нашем образовательном учреждении и на территории Верхнебуреинского муниципального района.

Районный фестиваль «Фитнес-прорыв», фестиваль прохо-



дил при поддержке наших социальных партнеров ОАО «Ургалуголь» под девизом «Мы делаем спорт доступным». Целью фестиваля являлась популяризация физической и танцевальной культуры, пропаганда и развитие фитнес-движения в районе, как перспективного на-

правления физической культуры и спорта. В фестивале приняли участие 180 любителей фитнеса в возрасте от 6 до 55 лет. В составе 12 детских команд и 2 взрослых.

Одним из актуальных направлений, повышающих интерес к занятиям физической культурой и спортом среди молодежи, является флорбол.

«Флорбол – как альтернативный вид спорта на уроках физической культуры». Занимаясь реализацией это проекта пе-



ред волонтерским движением «Присоединяйся» стояла цель: создать в районе спортивную лигу по флорболу. Вовлечь в активные занятия спортом как можно большее количество молодежи Верхнебуреинского района. С гордостью можем сказать, что цель достигнута.

Организация и проведение спортивно-оздоровительного мероприятия «Скиппинг-шоу» для детей, подростков п. Чегдомын.

Цель проекта: популяризация Скиппинга как нового вида спорта, способствующего, формированию потребности в физической активности на протяжении жизни детей, подростков и взрослого населения.

Сегодня одним из основных понятий здоровья является понятие культуры здоровья. Под культурой здоровья понимается осознанное восприятие здоровья как ценности и мотивации к ЗОЖ. Именно образ жизни в максимальной степени влияет на состояние здоровья человека, поэтому, необходимо обучать население ведению здорового образа жизни, а также повышать их мотивацию.

Проект «Тропа здоровья» предусматривает взаимодействие спортивных волонтеров, молодежи и школьников, через включение в активные формы работы. Волонтерское движение техникума вышло с предложением реконструкции Тропы здоровья, расчищенной трудовыми отрядами летом в 2016 году для создания на данном месте доступной открытой спортивно-оздоровительной площадки. Руководство техникума поддержало инициативу студентов, и организовали для волонтеров образовательный курс по формированию культуры здоровья. Студенты-участники волонтерского движения, отправились в учебные заведения района, где провели многочисленные мероприятия с детьми и молодежью, направленные на воспитание культуры здоровья, акции по ЗОЖ, уроки здоровья, интерактивные классные часы. Основная воспитательная функция

волонтерского движения – сделать знания населения по здоровому образу жизни не только доступными, но и жизненно необходимыми. А также популяризировать занятия спортом на открытом воздухе.

Успех проекта в значительной степени зависит от того, насколько о нем осведомлена общественность. Для информирования о его целях, этапах реализации, уже достигнутых и еще ожидаемых результатах необходимо вести целенаправленную пропаганду. «Волонтеры ГТО» один из проектов партнёрского сотрудничества с Управлением образования Верхнебуреинского района. ФОК «Территория спорта», который является базовой площадкой тестирования по выполнению видов испытаний комплекса ВФСК ГТО, но и местом постоянного проведения муниципального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры». Спортивные волонтеры оказывает постоянное содействие в освещении мер по внедрению комплекса ГТО. Коллектив тренеров-преподавателей и актив волонтеров ЧГТТ сотрудничает с общественными организациями поселка, школами СМИ и центром тестирования ГТО. Проводит отбор, обучение и координацию волонтеров, которые помогут проводить мероприятия ГТО. Сформированы и спортивные традиции с социальными партнерами АО «Ургалуголь». Проводятся совместных спортивных мероприятий с Советом молодежи шахты и спортивным самоуправлением техникума Совета по спорту.



В последние годы понятие «корпоративная культура» все шире используется педагогическим сообществом. Это обусловлено тем, что в условиях рынка, когда значительная часть социальных и профессиональных объединений строит свою деятельность на основе корпоративных отношений, система образования обязана формировать у специалистов (профессионалов) готовность к де-

тельности, направленной на достижение корпоративных целей, корпоративных интересов. В актуальности этого проекта не стоит сомневаться. В 2016-2017 учебном году спортивными волонтерами был реализован **проект «Корпоративный спорт»**. Проект направлен на установку здорового образа жизни педагогов и студентов нашего профессионального образовательного учреждения, на сплочение коллектива через приобщение к спорту. Наличие общего дела – участие в соревнованиях, поддержка своей команды приводит к объединению, обретению новых друзей, укреплению здоровья, повышению производительности труда и стрессоустойчивости педагогов и студентов, отказу от вредных привычек.

Неотъемлемой частью корпоративной культуры является спортивная деятельность. Развитие спорта среди студентов и преподавателей способно активно содействовать вытеснению из студенческой среды негативных асоциальных явлений, укреплению организованности, чувства ответственности за результат, общественной толерантности и патриотизма.

Кроме того, хорошо организованный активный совместный досуг студентов и педагогов способствует повышению настроения, увеличению количества положительных эмоций, следовательно, улучшению общего психического и физического состояния всех членов коллектива.

«Вечно в движении» – под таким девизом стартовала Студенческая Спартакиада-2018 среди учебных групп «Чегдомынского горно-технологического техникума». Студенческая Спартакиада содействует пропаганде здорового образа жизни, формированию позитивных жизненных установок. Но вместе с этим она объединяет студентов разных курсов между собой и способствует совершенствованию спортивно-оздоровительной работы в техникуме. Для участия в Спартакиаде зарегистрировано 12 команд, заявлено 8 спортивных дисциплин: игровые виды спорта; футбол, волейбол, флорбол, легкоатлетическое многоборье, настольный теннис, пауэрлифтинг, скиппинг, стрельба из пневматической винтовки. Команды-победительницы будут награждены переходящими кубками и почетными грамотами. Да здравствует, студенческая Спартакиада!!!

Велоквест «Новое поколение за Здоровое Движение». Меро-



приятие прошло по инициативе Совета по спорту, волонтерского движения «Присоединяйся», при участии студенческого самоуправления, Совета Молодежи ОАО «Ургалуголь», и сотрудничестве ГИБДД.

Краевой экспериментальный проект **«Профориентационный туризм»**, реализу-

ется в рамках профориентационной программы кампании СУЭК и АО «Ургалуголь» на территории Верхнебуреинского района волонтерами движения «Присоединяйся». На осенних и зимних каникулах 2017-2018 учебного года волонтеры «Чегдомынского горно-технологического техникума» встречали школьников Хабаровского края (п. Ванино, Комсомольск-на Амуре и Хабаровск) с целью ознакомления с ведущими предприятиями и профессиональными образовательными учреждениями поселка и повышения престижа шахтёрских профессий.



В нашем учебном учреждении сформированы и спортивные традиции сотрудничества с социальными партнерами АО «Ургалуголь». Проведение совместных спортивных мероприятий с Советом молодежи шахты и спортивным самоуправлением техникума, активом Совета по спорту.

Третий год спортивные волонтеры и тренеры-преподаватели ЧГТТ являются актив-

ными участниками и организаторами всероссийского и краевого уровня. Проведение спортивного блока Международного инженерного чемпионата лиги рабочих специальностей CASE-IN, и Молодежного образовательного форума «Горняцкая смена». По инициативе спортивных волонтеров были подготовлены и проведены профилактические кампании и акции, способствующие повышению мотивации к здоровому образу жизни.

- **Организация профилактической кампании** «Молодежь против СПИДа»

- Всероссийская Акция «Весь мир знает. А ты?»;
- Спортивно-познавательный праздник «Игры во имя здоровья. Игры во имя жизни»
- Информационная встреча со студентами колледжа и представителями ОМВД России по Верхнебуреинскому району «Знай, сегодня, чтобы жить завтра».
- Физкультурно-спортивная акция для преподавателей и работников техникума «Азарт. Здоровье. Отдых».
- Квест «Один день в армии» совместное мероприятие с Советом молодежи «ОАО Ургалуголь», и студентами техникума.

Четвертый год подряд активисты волонтерского движения «Присоединяйся» занимают призовые места и в конкурсе научно-практических работ в области охраны общественного здоровья физической культуры и спорта Хабаровского открытого краевого фестиваля «Студенческая весна-2018».



Результат развития деятельности волонтерского движения «Присоединяйся» – получение призовых мест в региональном этапе открытого публичного Всероссийского смотра-конкурса профессиональных образовательных организаций, на лучшую организацию физкультурно-спортивной работы среди студентов за 2015-2018 гг.

Благодаря работе спортивных волонтеров скоординирована

работа по сотрудничеству с общественными организациями и учреждениями нашего поселка по привлечению к участию в спортивно-оздоровительных мероприятиях. Ведется привлечение студентов в добровольческую деятельность.



Развитие волонтерского движения необходимо в каждом профессиональном образовательном учреждении путем разработки программ, учитывающих уровень и профиль волонтерской деятельности, а также систем воспитательной работы.

Волонтерство – это пример активной жизненной позиции, позволяющей увидеть новые пути развития и совершенствования, а также уникальная площадка формирования профессиональных и личностных качеств, способности принимать решения, умения строить коммуникации и находить общий язык с разными людьми, а также организовывать свое время и пространство. Участие в мероприятиях создает у населения поселка положительные эмоции, повышает работоспособность, улучшает физическое самочувствие, повышает устойчивость к стрессам и вызывает ощущение уверенности в себе.

Вместе мы лучше сможем решать наши общие задачи, а именно создавать для молодежи Верхнебуреинского района социальные лифты развития. Реализация подобных проектов не только повышает общую заинтересованность в массовых занятиях физической культурой, но и поощряет и позволяет проявить свои таланты.

У нашего проекта есть будущее.

Положение о волонтерском движении



1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет и регламентирует организационно-содержательную основу деятельности волонтерского движения КГБ ПОУ «Чегдомынский горно-технологический техникум».

1.2. Деятельность волонтерского движения основывается на соблюдении Конституции РФ, Закона «Об образовании РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Всемирной декларацией добровольчества (2001г.), Конвенцией о правах ребенка, Уставом КГБПОУ «ЧГТТ», а также настоящим Положением.

1.3. Волонтерское движение техникума представляет собой неоплачиваемую добровольную социально-значимую деятельность учащейся молодежи техникума (студентов).

1.4. Волонтерское движение техникума имеет символику и атрибутику.

1.5. Волонтерское движение формируется из числа студентов в возрасте от 15 до 20 лет, желающих принять участие в его деятельности.

1.6. Настоящее Положение принимается на общем собрании волонтеров техникума, согласуется с председателем Студенческого совета, утверждается директором.

2. Задачи волонтерского движения

2.1. Создание условий для распространения волонтерского движения и активизации участия в социально-значимых и физкультурно-оздоровительных акциях и проектах.

2.2. Вовлечение волонтеров в деятельность общероссийского студенческого волонтерского движения в региональных спортивных и культурных мероприятиях.

2.3. Популяризация идей добровольческого труда на благо общества и привлечение студенческой молодежи к решению соци-

ально значимых проблем;

2.4. Участие студентов в проектах по реализации Всероссийского Физкультурно-Спортивного Комплекса «Готов к труду и обороне»;

2.5. Реализация информационно-пропагандистских кампаний направленных на развитие волонтерского движения в сфере внедрения комплекса ГТО.

3. Содержание и формы работы волонтерского движения

3.1. Обучение волонтеров.

3.2. Изучение основ законодательства РФ, организация и участие в работе по пропаганде правовых знаний среди несовершеннолетних;

3.3. Организация и проведение спортивно оздоровительных и культурных мероприятий (акций, конкурсов, викторин, квестов)

3.4. Оказание помощи в организации и проведении массовых профилактических мероприятиях, способствующих формированию ценностей здорового образа жизни.

3.5. Привлечение подростков, имеющих отклонения в поведении, к участию в спортивных мероприятиях, конкурсах, других культурных мероприятиях;

3.6. Пропаганда и популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

4. Руководство деятельностью волонтерского движения

4.1. Руководство волонтерского движения:

4.2. Утверждает, планы и заслушивает отчеты о деятельности волонтерского движения;

4.3. Принимает меры к поощрению наиболее отличившихся членов волонтерского движения;

4.4. Участвуют в конкурсах;

4.5. Изучает и распространяет опыт лучших волонтерских движений;

4.6. Оказывает практическую помощь в совершенствовании работы волонтерского движения

4.7. Деятельность волонтерского движения осуществляется посредством создания рабочих групп из числа его постоянных членов для осуществления проектов (проектная группа).

4.8. Высшим органом управления волонтерского движения является Общее собрание, в которое входят постоянные члены волонтерского движения.

4.9. Полномочия Общего собрания распространяются на:

организацию и проведение выборов Председателя;

4.10. Утверждение символики и атрибутики волонтерского движения;

4.11. Разрешение конфликтных ситуаций.

4.12. Общее собрание проводит заседания не менее 1 раза в месяц.

4.13. Все решения считаются правомочными при присутствии на Общем собрании 50 % от общего числа членов волонтерского движения.

4.14. Председатель избирается на Общем собрании сроком на 1 год. Его полномочия распространяются на:

4.15. Проведение заседаний Общего собрания с правом решающего голоса;

4.16. Представление интересов волонтерского движения перед администрацией техникума, а также руководством социальных учреждений, государственных структур, коммерческих организаций.

5. Обязанности члена волонтерского движения

5.1. Четко и добросовестно выполнять порученную ему работу.

5.2. Знать, уважать и следовать целям и принципам волонтерского движения.

5.3. Соблюдать принцип конфиденциальности (не распространять не предназначенные для разглашения сведения, а также информацию о личной жизни просвещаемых людей).

5.4. Бережть материальные ресурсы, предоставленные организацией.

5.5. Воздерживаться от выступления в качестве представителя учреждения, если только это не делается с согласия и предварительного одобрения;





6. Права члена волонтерского движения

6.1. Выбрать тот вид добровольческой деятельности, который отвечает его потребностям и устремлениям.

6.2. Получать всю необходимую информацию, оборудование, а также материальные средства для выполнения поставленных перед ним задач.

6.3. Вносить предложения при обсуждении форм и методов осуществления волонтерской деятельности по профилактике.

6.4. На признание и благодарность за свой труд.

6.5. Получение дополнительных заданий, необходимых волонтеру для выполнения возложенных на него задач.

6.6. Прекратить свою деятельность в волонтерском движении (по уважительной причине).

7. Меры поощрения и взыскания

7.1. За активное участие в мероприятиях, проводимых волонтерским движением, члены волонтерского движения могут поощряться: объявлением благодарности, награждением Почетной грамотой, вручением подарка.



**Краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Губернаторский авиастроительный колледж
г. Комсомольска-на-Амуре
(Межрегиональный центр компетенций)»**

**Методическая разработка по профилактике и
формированию навыков здорового образа жизни
через волонтерскую деятельность**

Составители: авторский коллектив КГА ПОУ ГАСКК (МЦК).

Руководитель проекта: Стародубова С.С., директор Центра образования и воспитания КГАПОУ ГАСКК (МЦК)

Срок проведения данной работы: 2017-2018 гг.

Возраст участников: 17-19 лет.

Пояснительная записка

Инициирование и развитие студенческого молодежного волонтерского движения как составляющей части Комплексной программы воспитания и социализации обучающихся колледжа способствует формированию нравственного мировоззрения у молодого поколения, воспитанию нетерпимого отношения к действиям, наносящим вред физическому и нравственному здоровью, интеллектуальной самореализации личности, прививает нормы здорового образа жизни, общественной морали и толерантности.

Основные цели конкурсной работы:

Содействие в формировании у студентов сознательной потребности в ведении здорового образа жизни и пропаганда здорового образа жизни через волонтерскую деятельность.

Задачи конкурсной работы:

- Создание постоянной группы волонтеров;
- Сохранение жизни и здоровья студентов посредством расширения правовых знаний;
- Формирование мотивации на ведение и активную пропаганду

ду здорового образа жизни;

- Поддержка молодежных инициатив по ведению здорового образа жизни;

- Массовое вовлечение студентов во внеурочную жизнь колледжа через работу волонтерского движения;

- Организация сотрудничества с партнерскими учреждениями и организациями по пропаганде здорового образа жизни.

Сроки / этапы реализации работы: 1 этап - 2017-2018 гг.

2 этап - 2018-2019 гг.

3 этап - 2019-2020 гг.

Глава № 1. Анализ ситуации, сложившейся в КГА ПОУ ГАСКК (МЦК)

Каждое учебное заведение ищет свой неповторимый, индивидуальный почерк в работе, который бы способствовал решению важнейшей педагогической задачи – формированию целостной, гармонично-развитой и социально-зрелой личности.

Проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся является одной из важнейших задач современного образовательного учреждения. Требование сохранения здоровья обучающихся находится на первом месте в иерархии запросов к результатам профессионального образования, что и реализуется в соответствии со стратегическими документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации, ФЗ № 273 «Об образовании в РФ», ФЗ «О безопасности».

Здоровьесберегающие технологии прочно входят в учебно-воспитательный процесс. Особое место по формированию здорового образа жизни занимает систематическая воспитательная работа с молодежью. Наш колледж имеет положительный опыт в данном направлении: студенты колледжа являются победителями и призёрами не только спортивных соревнований города и края, но и победителями конкурсов, состязаний в творческих, интеллектуальных конкурсах. Активное участие в этих конкурсах обеспечивает единство физического, психологического и духовно-нравственного здоровья наших студентов. Однако в молодежной среде потеря социальных ориентиров зачастую приводит к дезориентации мо-



лодого человека в системе жизненных ценностей и приоритетов, порождает неадекватное восприятие значимости собственной личности. Подобное положение вещей создает высокую степень угрозы приобщения молодых людей к криминогенной среде, употреблению наркоти-

ков, алкоголя, совершению антиобщественных поступков.

В этой ситуации возникает необходимость поиска новых методов и форм работы в образовательных учреждениях, способных изменить сложившуюся ситуацию. Альтернативой саморазрушительному поведению должно стать позитивное, творческое отношение к действительности, общее созидательное дело, воспитывающее и поддерживающее в молодом человеке жизненную активность, позитивные жизненные навыки.

На сегодняшний день мы, как и многие наши коллеги, находимся в постоянном поиске новых идей, новых направлений воспитательной работы, которые бы способствовали долговременным, положительным результатам в учебно-воспитательной деятельности. Одним из таких результативных направлений в нашей работе является волонтерская деятельность.

В 2017 году в колледже возникла потребность в разработке Комплексной программы воспитания и социализации обучающихся (Приложение № 1), реализация данного проекта была невозможна без добровольческой деятельности самих обучающихся.

SWOT-анализ воспитательной работы за 2016-2017 учебный год (Приложение № 2) показал, что слабыми сторонами данного направления являются: низкая степень социальной активности обучающихся, отсутствие проявления инициативы и низкий уровень самостоятельности обучающихся. Этим определена необходимость в системной работе по формированию активной жизненной и гражданской позиции, основанной на готовности к участию в общественной жизни колледжа, отсутствии добровольного включения индивида в социальную среду.

С целью дальнейшего изучения параметров и дифференциа-



ции характеристик социальной активности и волонтерской деятельности студентов в сентябре 2017 года в колледже было проведено исследование по вопросам волонтерства и социализации в колледже среди 198 студентов с 1 по 4 курс.

На вопрос «Помогаете ли Вы своим людям?» 56,2% респондентов ответили о постоянной помощи людям, 40,8% – «время от времени»; 2% – ответили «нет» и 1% затруднились ответить на этот вопрос.

На вопрос «Как Вы думаете «Волонтерство – это ...» 91,3% написали о волонтерстве, как о «бескорыстной помощи», у 8,7% – ответа не было.

На вопрос «Разделяете ли Вы понятия волонтерство и добровольчество?» 40,5% респондентов показали, что это два разных понятия, 37% студентов эти понятия не разделяют.

На вопрос «Как Вы относитесь к волонтерству в молодежной среде?» большое количество (58%) респондентов отметили, что волонтерство – хороший способ активности. 10% студентов отметили, что это «популярно», нейтрально высказалось – 21%, 7% опрошенных отметило, что волонтерство – это пустая трата времени, у 4% респондентов вопрос вызвал затруднение.

При ответе на вопрос «Как Вы считаете, необходимы ли волонтеры обществу?» исследование позволило выявить, что 83% респондентов считают, что волонтеры непременно нужны нашему обществу, 14% – ответило, что «не нужны», 3% респондентов затруднились ответить на данный вопрос.

Были рассмотрены и мотивы участия студентов в волонтерском движении. На вопрос «Как Вы думаете, какой у студентов основной мотив участия в волонтерстве?» 64% респондентов решили, что главным мотивом участия студентов в волонтерском движении является потребность оказать помощь. На втором месте – потребность в достижении (14%) личных целей; на третьем – потребность в общении (12%). 10% студентов считает, что это поможет отказаться от «плохой компании и пагубных привычек».

На вопрос «Участвуете ли Вы в волонтерском движении колледжа?» большинство респондентов (80%) выбрали ответ «нет»; 16% – ответили «да», 4% респондентов затруднились ответить.

Респондентов, не участвующих в волонтерстве, попросили написать, по какой причине они не участвуют в нём. В результате опроса было выявлено то, что 58% просто не хотят участвовать; у 32% – нет времени; 7% – это неинтересно и 3% респондентов ответили, что еще просто не записались.

Исследования показали, что созрела необходимость активно развивать волонтерское движение в колледже. В октябре 2017 г. начался запуск авторской Программы волонтерского движения «ПОЛЁТ» (Приложение № 3).

Бесспорно, образовательная среда колледжа играет важную роль в процессе социализации студенческого коллектива. Показателями социализации студенчества колледжа являются: рост качества образования обучаемых, вовлечение студентов в общественные мероприятия с высокими итоговыми показателями на разных уровнях, уменьшение факторов риска и приобщения молодежи к ЗОЖ, что и отражено в Комплексной программе воспитания и социализации обучающихся колледжа.

Глава № 2 Описание системы работы

Полученные сведения позволили скорректировать приоритетные направления в развитии волонтерского движения колледжа:

Направление работы	Содержание
Корректировка в организации и содержании информационно-исследовательских и методических мероприятий по проблемам злоупотребления наркотиков, алкоголя и табакокурения и пропаганды здорового образа жизни в молодежной среде в целом.	- проведение социологических исследований (анкетирование, опрос, интервью); - проведение научно-методических мероприятий (семинары, круглые столы, конференции и т.п.); - разработка, адаптация и апробация методических материалов; - формирование информационных баз данных (молодежь «группы риска», «проблемная» молодежь, программы, технологии работы и т.п.); - анализ состояния развития у подростков и молодежи установок на здоровый образ жизни и наличие условий для их реализации.

2. Формирование активного общественного мнения	- масштабная популяризация волонтерства в колледже; - организация работы со средствами массовой информации; - организация социальной рекламы (массовые мероприятия, издание печатной продукции, использование творчества молодежи и т.п.); - проведение разъяснительной работы среди молодежи по данному вопросу (выступления, лекции, организация дискуссий, размещение информационных материалов); - активизация через социальные сети
Развитие волонтерской основы проведения профилактической работы	- обучение волонтеров-подростков приемам ведения профилактической работы на улице, в неформальных подростковых группах (лекции, игры, тренинги) - содействие деятельности молодежных общественных организаций по противодействию распространению наркомании, алкоголизма и табакокурения и пропаганде ЗОЖ в молодежной среде в молодежной среде (организационная, информационная, методическая и другая помощь).

В период развития волонтерского движения в колледже активизировалась деятельность по вовлечению студентов в мероприятия разных уровней, не напрямую направленных на реализацию различных форм профилактики потребления ПАВ. Эффективность и значимость этой деятельности заключалась в нетрадиционном и гибком подходе к проблеме: информационная, организационная, материально-техническая поддержка данных форм способствовала систематическому привлечению студентов к участию в совместном проведении различных профилактических мероприятий, создание и поддержание условий, при которых выбор здорового образа жизни становится для подростков и молодежи привлекательным и доступным.



Наиболее результативными видами деятельности в рамках развития волонтерского движения мы отмечаем:

- Работа с группами молодежи в учебных заведениях: проведение классных часов, круглых столов,

встреч, конференций, с привлечением специалистов разных сфер для обмена опытом, взаимного информирования и совместного определения точки приложения инициативы и усилий добровольцев.

- Взаимодействие с ПДН ОУУП и ПДН ОП № 3 УМВД России;
- Освещение своей деятельности в средствах массовой информации, связь с общественностью.
- Разработка и распространение наглядных материалов (плакаты, стенгазеты и т.д.);
- Подготовка аудио- и видеоматериалов по теме и их использование в работе;
- Организация психологической само- и взаимопомощи;
- Массовые шествия, рейды, акции и т.д.;
- Театрализованные представления по пропаганде ЗОЖ;
- Привлечение, отбор и подготовка новых добровольцев.

За период 2017-2018 года студенты волонтерского движения «ПОЛЁТ» принимали участие в мероприятиях различного уровня, занимая призовые места.

Немаловажным является и обучение волонтерству: участие в таких масштабных мероприятиях, как Дальневосточный форум профессиональных инициатив «Инсайт 2020» (2017-2018 гг., г. Хабаровск), V краевой образовательной смене «Поколение ПРО-ФИ-2017» (2017 г. Хабаровск), обучающий семинар по социальному проектированию «Элементы успешного проекта» (2017 г. Комсомольск-на-Амуре, Центр молодёжных программ).

Основными направлениями деятельности волонтерского движения в колледже являются:

Валеологическое – формирование здоровьесберегающей компетентности подростков и молодежи;

Социально-правовое – повышение уровня правовой культуры;

Профилактическое – пропаганда здоровьесбережения, формирование навыков и умений противостоять негативным явлениям и привычкам;

Социокультурное – повышение уровня культуры, организация досуга и другие.

При формировании здоровьесберегающей компетенции у сту-



дентов хорошо зарекомендовала себя такая перспективная форма работы по обсуждению различных актуальных вопросов, как дискуссионный клуб (Приложение № 5). Этот эффективный инструмент обсуждения острых и злободневных проблем удачно используется волонтерами колледжа и приносит положительные отклики. Главная сила дискуссионных форм – в увлекательности, они захватывают участников. Острота обсуждения оставляет заметный след в сознании, заставляет предельно мобилизовать и концентрировать запас своих знаний и личных наблюдений.

Одними из главных участников работы по формированию у обучающихся умения противостоять вредным привычкам являются классные руководители, которые, привлекая волонтеров колледжа, регулярно проводят мероприятия, посвященные проблемам здорового образа жизни (классные часы (Приложение № 6), тренинги (Приложение № 7), интерактивные игры). Основная цель таких мероприятий – воспитание ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью, стремление к здоровому образу жизни.

С 2017 года на базе общежития колледжа реализуется Программа «Мы за здоровый образ жизни», целью которой является: формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни и комфортного существования в окружающей социальной среде. В 2018-2019 учебном году в данную программу был включен социальный проект волонтерского движения «Мы выбираем ЗОЖ!»

Данный социальный проект (Приложение № 8) был создан с намерением изменить существующее отношение к своему здоровью среди студентов КГА ПОУ «Губернаторский авиастроительный колледж г. Комсомольска-на-Амуре (Межрегиональный центр компетенций)» через пропаганду ЗОЖ в подростковой среде, возможность практически повлиять, силами самих студентов, на осознанный выбор в пользу здорового образа жизни, жизненные установки и ценностные ориентиры молодежи в целом. Создание и развитие волонтерского движения, проводящего работу по профилактике употребления ПАВ, позволит повысить социальную активность подростков и молодёжи в решении проблемы формирования ЗОЖ общества. Организация мероприятий в рамках Проекта

будет способствовать ориентации на здоровый и безопасный образ жизни, формировать и развивать у студентов личностные ресурсы, стратегии и навыки поведения, ведущие к здоровью и препятствующих употреблению ПАВ.

Результативность работы

В КГА ПОУ ГАСКК МЦК создано образовательное пространство, которое отражает совместную образовательную, научно-исследовательскую, спортивно-оздоровительную, культурно-досуговую и социально ориентированную деятельность студентов и преподавателей. Кроме того, данное пространство аккумулирует в себе традиции, опыт содружества, сотворчества студентов и преподавателей, сохраняет привлекательность среднего профессионального образования в обществе.

Целью воспитательной деятельности колледжа является: формирование личности профессионала, где ключевыми элементами являлись: устойчивое мировоззрение, гражданственность, патриотизм и нравственность, а также способность к саморазвитию и самосовершенствованию.

Ожидаемый результат реализации плана воспитательной работы:

- сплоченность выпускников, студентов и сотрудников, основанная на традициях учреждения,
- вовлеченность студентов и преподавателей во все сферы деятельности учреждения, что позволит студентам и преподавателям полностью достигнуть реализации своего потенциала;
- формирование в студенческой среде социокультурных образцов отношений, поведения и ценностей в контексте профессиональной культуры;
- корпоративная культура, обеспечивающая открытость и комфортную внутреннюю среду;
- свобода личности, выражающаяся в отсутствии расовой, этнической, религиозной, гендерной и политической дискриминации;
- актуализация роли семьи в воспитании студентов;
- результативная работа органов студенческого самоуправления;



- негативное отношение студентов к правонарушениям;
- осознанное чувство гражданственности и патриотизма.

Критерии эффективности воспитательной системы заключаются в высокой успеваемости, посещаемости учебных и внеучебных мероприятий, охвата внеурочной занятостью, массовости обучающихся при организации мероприятий, качестве и результативности участия обучающихся в мероприятиях, отсутствии правонарушений и преступлений среди обучающихся, сохранности контингента.

В колледже развивается и волонтерское движение студентов, которое рассматривается как особая форма социально значимой, самостоятельной, инициативной, ответственной общественной деятельности студентов. Волонтеры – как полноправные участники



воспитательного процесса активно и результативно участвуют в профилактической работе по недопущению употребления спиртных напитков, фактов наркомании, табакокурения, безнадзорности среди обучающихся.

В целях эффективности проводимых профилактических мер по предупреждению безнадзорности правонарушений и антиобщественных действий несовершеннолетних обучающихся в учреждении разработаны:

- Программа профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних;
- Программа коррекции поведения обучающихся, находящихся в социально-опасном положении;
- Годовой план совместной работы по профилактике правонарушений и преступлений с ПДН ОП г. Комсомольска-на-Амуре;
- План совместной работы с КГБУЗ Наркологический диспансер г. Комсомольск-на-Амуре

Анализ работы показывает, что постоянное взаимодействие с волонтерским движением позволяет улучшить качество профилактической работы по предупреждению правонарушений и преступлений среди обучающихся, повысить процент вовлеченности студентов в различные мероприятия колледжа, города, края.

Колледж не останавливается на достигнутом: ежедневно совершенствуется работа по организации внеурочной занятости обучающихся, а созданная система мер способствует формированию навыков здорового образа жизни, в том числе, и через волонтерскую деятельность.

**Комплексная программа воспитания и социализации
обучающихся КГА ПОУ ГАСКК МЦК
на 2017-2020 годы**

Паспорт Программы

Наименование Программы	Комплексная программа воспитания и социализации обучающихся КГА ПОУ ГАСКК МЦК на 2017-2020 годы.
Основания для разработки Программы	- ФЗ об образовании в РФ, Конвенция о правах ребенка, Конституция РФ, Федеральные государственные образовательные стандарты, Стратегия социально-экономического развития РФ до 2020 года, «Национальная доктрина образования в РФ», проект «Духовно-нравственное воспитание»: Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, ФЗ «О свободе совести религиозных объединений»; - проект «Патриотическое воспитание»: Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016-2020 годы», утверждённая постановлением Правительства РФ от 30.12.2015 N 1493 (ред. от 13.10.2017) «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016 - 2020 годы» - проект «Воспитание ЗОЖ и пропаганды ВСК ГТО»: ФЗ «О предупреждении распространения в РФ заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)», ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах», ФЗ «Об ограничении курения табака», ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; - проект «Толерантное воспитание студентов»: Международная декларация принципов толерантности, Указ Президента РФ «О мерах по противодействию терроризму», ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности», ФЗ «О противодействии терроризму», Федеральная целевая программа «Формирование установок толерантного сознания и профилактики экстремизма в российском обществе»;



	- проект «Экологическое воспитание студентов»: ФЗ «Об охране окружающей среды», ФЗ «Об отходах производства и потребления», ФЗ «Об охране атмосферного воздуха», ФЗ «Об особо охраняемых природных территориях», Кодекс РФ по экологии и природопользованию в РФ; - проект «Воспитание корпоративной и финансовой культуры»: Федеральный закон «О государственном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей», Кодекс корпоративного поведения, одобренный Правительством РФ, Семейный кодекс РФ. - проект «Противодействия коррупции»
Основные разработки Программы	Рабочая группа из числа: замдиректора по ВР, соцпедагог, психолог, воспитатель общежития, педагоги допобразования, библиотекарь, классные руководители.
Цель Программы	- формирование личности способной: решать задачи профессиональной деятельности в различных контекстах, осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности, планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами, осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста, проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и поддержания необходимого уровня физической подготовленности, использовать информационные технологии в профессиональной деятельности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.
Задачи Программы	- формирование личности обучающегося, способной к принятию ответственных решений, нравственному, гражданскому, профессиональному становлению, жизненному самоопределению, а также проявлению нравственного поведения и духовности на основе общечеловеческих ценностей;

	- патриотическое, физическое, интеллектуальное и духовное развитие личности обучающегося на основе формирования лидерских качеств, гражданственности, профессионально значимых качеств, чувства воинского долга, высокой ответственности и дисциплинированности; - формирование у обучающегося культуры здоровья на основе воспитания психически здоровой, физически развитой и социально-адаптированной личности; - воспитание толерантной личности обучающегося, открытой к восприятию других культур независимо от их национальной, социальной, религиозной принадлежности, взглядов, мировоззрения, стилей мышления и поведения.
Сроки реализации Программы	2017-2020 годы.
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы	- отсутствие обучающихся, совершивших правонарушения; - уменьшение числа обучающихся, стоящих на учете в КДН и ПДН до 2 человек; - увеличение количества предметных, творческих кружков и спортивных секций;
	- рост числа обучающихся, посещающих спортивные кружки и секции на 7%; - увеличение числа призеров, лауреатов и дипломантов спортивных соревнований, творческих конкурсов, фестивалей в 2 раза; - снижение числа обучающихся, пропускающих занятия без уважительной причины до 5 %; - снижение числа заболеваемости студентов на 5%; - увеличение участников ВФСК ГТО на 6%; - увеличение студентов, сдавших нормативы ВСК ГТО; - повышение общего уровня воспитанности обучающихся
Система организации контроля за исполнением Программы	управление Программой осуществляет Директор Центра образования и воспитания. Контроль и координацию исполнения Программы осуществляет педагогический Совет.

Введение

Комплексная программа воспитания и социализации обучающихся (далее – Программа) – нормативно-правовой документ, представляющий стратегию и тактику развития воспитательной работы колледжа, является основным документом для планирования и принятия решений по воспитательной работе.

Актуальность Программы обусловлена тем, что обучающиеся колледжа являются активной частью молодежи Российской Федерации, Хабаровского края и города Комсомольска-на-Амуре, и на современном этапе, общественная значимость данной категории молодежи постоянно растет.

Программа является документом, открытым для внесения изменений и дополнений. Ход работы по ее реализации анализируется на заседаниях педагогического Совета колледжа. Корректировка Программы осуществляется ежегодно на основании решения педагогического Совета колледжа и по результатам ежегодного отчета об итогах реализации каждого этапа Программы. Ответственность за ее реализацию несет заместитель директора по воспитательной работе колледжа.

Аналитическое и прогностическое обоснование Программы

Колледж был создан в 2016 году путем слияния двух образовательных учреждений.

Модель воспитательной системы колледжа была создана на основе анализа планов воспитательной работы техникума и лицей прошлых лет. Особое внимание уделялось таким параметрам, как выполнение воспитательных задач, эффективность мероприятий, в том числе и традиционных для колледжа, взаимодействие всех элементов воспитательной системы.

В центре воспитательного пространства – личность обучающегося. Преподаватели и мастера производственного обучения решают воспитательные задачи через учебную деятельность: содержание учебной дисциплины, методику преподавания, добросовестное отношение к своим обязанностям, желание помочь каждому учащемуся и студенту, уважительное отношение к обучающимся, умение понять и выслушать каждого, а также заинтересованность в успехах обучающихся, объективность в оценке зна-

ний, широту эрудиции, внешний вид, честность, наличие чувства юмора, что оказывает влияние на воспитание личности обучающихся. Большое влияние на воспитание обучающегося оказывает внеучебная деятельность: классные часы, экскурсии, круглые столы, диспуты и т.д.

В соответствии с поставленной целью работа ведется по таким направлениям как: формирование потребности к здоровому образу жизни, патриотическое, духовно-нравственное, правовое, художественно-эстетическое, трудовое, экологическое воспитание, общественно-полезная деятельность, работа по профилактике безнадзорности, правонарушений, преступлений, алкоголизма, наркомании и токсикомании среди обучающихся, воспитание финансовой культуры и работа с родителями/законными представителями.

Для определения эффективности воспитательной работы были выделены следующие направления для анализа:

- здоровье обучающихся колледжа;
- вовлечение обучающихся в спортивные секции;
- количество обучающихся, состоящих на учете в ПДН и КДН;
- социальная активность обучающихся колледжа;
- количество студентов, сдавших нормативы ВСК ГТО

Прогностическим обоснованием Программы являются результаты SWOT анализа воспитательной работы, представленные в таблице 1.

Таблица 1

SWOT анализ воспитательной работы

Возможности (O)	Сильные стороны (S)
Адресное повышение квалификации педагогических кадров в области воспитания. Расширение связей с общественностью, социальными партнерами и работодателями. Развитие информационной сети в колледже, широкое применение цифровых образовательных ресурсов в воспитательной работе.	Стабильный коллектив квалифицированных педагогических работников колледжа, обладающих широкими профессиональными и личностными качествами. Наличие активов учебных групп, Студенческого самоуправления.



Введение разнообразных инновационных педагогических технологий, форм и методов воспитательной работы. Возможность самовоспитания и самокоррекции посредством активизации работы Студенческого самоуправления. Диагностика воспитанности обучающихся. Организация субъект-субъективного взаимодействия по выполнению общих задач.	Наличие информационно-библиотечного центра, оснащенного современным компьютерным оборудованием. Доступ к Интернет-ресурсам. Использование активных форм и методов воспитания. Использование здоровьесберегающих технологий. Медико-психолого-педагогическое сопровождение воспитательного процесса. Гуманизация, обращение к личному опыту обучающихся. Возможность рефлексии.
Угрозы (Т)	Слабые стороны (W)
Трудности в преодолении пассивности обучающихся, сформировавшейся в результате применения традиционных форм и методов воспитания.	Низкая степень социальной активности обучающихся. Отсутствие готовности проявлять инициативу, низкий уровень самостоятельности обучающихся.

Вывод: для повышения эффективности воспитательного процесса в колледже необходимо:

- 1) совершенствовать структуру управления воспитательной системой внутри учреждения;
- 2) повышать квалификацию педагогических работников

Концептуальные положения Программы

Современная социокультурная ситуация в Хабаровском крае и г. Комсомольске-на-Амуре требуют реализации новых подходов к воспитанию.

Комплексная Программа воспитания и социализации обучающихся представляет собой систему идей, основной замысел которых позволяет определить специфику воспитания и его отличие от других педагогических процессов, программу и технологии воспитания.

В современной ситуации развития образования *концептуальными* являются следующие направления воспитательной работы:

Таблица 2

<i>Направление</i>	<i>Цель</i>	<i>Содержание</i>	<i>Результат</i>
Антропологическое	Передать обучающемуся опыт о здоровом образе жизни	Формирование у обучающегося прочных гигиенических норм. Организация мероприятий по профилактике зависимого поведения. Раннее выявление детей и семей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Привлечение к работе в данном направлении правоохранительных органов, медицинских учреждений, социальных служб и служб психологической помощи и поддержки обучающихся	Подготовка обучающегося как родителя и семьянина.
Социальное	Включить обучающегося в социально-ценностную деятельность	Передача обучающемуся опыта отношений к труду, родине, природе	Формирование гражданской позиции. Формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций
Духовно-нравственное	Восхождение обучающегося к культуре	Организация деятельности по формированию у обучающихся социокультурных ценностей. Передача обучающемуся опыта нравственного поведения	Становление толерантной, саморазвивающейся культурной личности



Здоровьесберегающее	Создание организационных и методических условий, обеспечивающих сохранение здоровья участников образовательного процесса.	Создание условий для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования Пропаганда ВСК ГТО	Формирование здорового образа жизни и повышения уровня культуры здоровья учащихся, педагогов, родителей.
---------------------	---	--	--

Для реализации современных направлений воспитательной работы требуется использование *технологий* воспитания, которые постепенно сменяют административно-идеологический тип технологии воспитания.

<i>Технология воспитания</i>	<i>Характеристика</i>
Социализирующая технология	Основана на организации социальной работы, обеспечивающей достижение стандартов социальной компетентности всеми учащимися. Риски – в условиях экономического кризиса социализирующая технология может привести к росту асоциальных проявлений и формированию контркультуры.
Технология самоопределения и построения общностей вокруг самоопределяющейся личности учащегося	Реализуется в виде проектов, обеспечивающих формирование культурно-образовательной среды взаимодействия. В результате данной работы должна быть сформирована интегративная управляющая структура по социальной политике в области воспитания.

Основные принципы Программы воспитания и социализации обучающихся

Воспитательный процесс основывается на проверенных практикой и дающих положительные результаты принципах, адекватных целевым установкам, предъявляемым государством к воспитанию молодежи, тенденциям развития социокультурного пространства:

- открытость – возможность открытого обсуждения хода реализации Программы и свободного включения в процесс ее реализации всех заинтересованных субъектов социума района, систему конкурсов по выявлению и поддержке инновационных проектов, предлагаемых организациями, предприятиями, сообществами, гражданами;

- демократизм – переход от системы с однонаправленной идеологией принудительных воздействий к субъекту воспитания, к системе, основанной на взаимодействии, на педагогике сотрудничества всех участников образовательного процесса;

- духовность, проявляющаяся в формировании у учащихся смысложизненных духовных ориентаций, соблюдении общечеловеческих норм гуманистической морали, интеллектуальности и менталитета российского гражданина;

- толерантность как наличие плюрализма мнений, терпимости к мнению других людей, учет их интересов, мыслей, культуры, образа жизни, поведения в различных сферах жизни;

- вариативность, включающая различные варианты технологий и содержания воспитания, нацеленности системы воспитания на формирование вариативности способов мышления, принятия вероятностных решений в сфере профессиональной деятельности, готовности к деятельности в ситуациях неопределенности;

- природоспособность – учет прав пола, возраста, наклонностей, характера, предпочтений воспитуемых, ответственности за саморазвитие, за последствия своих действий и поведения;

- эффективность как формирование навыков социальной адаптации, самореализации, способности жить по законам общества, не нарушая прав и свобод других, установившихся норм и традиций;



- воспитывающее обучение – использование воспитательного потенциала содержания изучаемых учебных дисциплин как основных, так и дополнительных образовательных программ в целях личностного развития учащихся, формирования положительной мотивации к самообразованию, а также ориентации на творческо-практическую внеучебную деятельность;

- системность – установление связи между субъектами внеучебной деятельности по взаимодействию в реализации комплексных воспитательных программ, а также в проведении конкретных мероприятий;

- поэтапность – предполагает этапность выполнения Программы, обязательное обсуждение результатов каждого этапа и коррекцию целей, задач и механизма реализации;

- социальность – ориентация на социальные установки, необходимые для успешной социализации человека в обществе.

В этой связи возрастает роль принципа концентрации воспитания на развитие социальной и культурной компетентности личности, оказание помощи молодому человеку в освоении социокультурного опыта и свободном самоопределении в социальном окружении.

Стратегия и тактика развития воспитательной работы

Стратегия развития определена в шести проектах, тактика развития представлена в системе конкретных мероприятий.

Проект «Духовно-нравственное воспитание»

Цель: формирование личности обучающегося, способной к принятию ответственных решений, нравственному, гражданскому, профессиональному становлению, жизненному самоопределению, а также проявлению нравственного поведения и духовности на основе общечеловеческих ценностей.

Задачи:

- 1) формирование нравственных и духовных ценностей, познавательного интереса, способствующего развитию личности;

- 2) формирование чувства любви к Родине на основе изучения национальных культурных традиций

Таблица 3

Мероприятия по духовно-нравственному воспитанию

№ п/п	Наименование	Сроки реализации	Ответственные исполнители
1.	Просмотр документальных (художественных) фильмов духовно-нравственной тематики в рамках классных часов с последующим обсуждением в студенческих группах	2017-2020 гг.	Классные руководители, мастера производственного обучения
2.	Тематические книжные выставки	Ежемесячно	Библиотекарь
3.	Беседы-презентации «Этикет и имидж студента», классный час «Я знаю об этикете все»	Ежегодно (сентябрь, студенты I курса)	Классные руководители, мастера производственного обучения
4.	Встречи с интересными людьми	В течение года	Классные руководители, мастера производственного обучения
5.	Блиц-викторины о Хабаровском крае, беседа «Обычаи и традиции коренных народов края»	Ежегодно (апрель)	Преподаватели русского языка и литературы, библиотекарь
6.	Беседа «С книгой через века...», посвященная Всемирному дню библиотек	Ежегодно (май)	Библиотекарь, классные руководители, мастера производственного обучения
7.	Посещение музеев, театров, выставок, кинотеатров	Ежемесячно	Классные руководители, мастера производственного обучения
8.	Волонтерское, добровольческое движение	Ежегодно (сентябрь-июнь)	Руководитель волонтерского объединения, классные руководители групп
9.	Конкурс стихотворений «Проба пера» (приуроченный к юбилейным датам)	Ежегодно	Преподаватели русского языка и литературы, библиотекарь
10.	Вечер, посвященный Дню Матери	Ежегодно (ноябрь)	Библиотекарь, классные руководители, мастера производственного обучения



11.	Круглый стол «Что значит, быть хорошим сыном или дочерью? «	Ежегодно (ноябрь)	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
12.	Презентация (клип, фильм) о моей группе	Ежегодно (май)	Преподаватели информатики, классные руководители, мастера производственного обучения
13.	Выпускной «Спасибо тебе, родной колледж...»	Ежегодно (июнь – студенты выпускных групп)	Заместители директора, классные руководители, мастера производственного обучения выпускных групп
14.	День открытых дверей	Ежегодно (февраль-апрель)	Заместители директора
15.	«Молодые таланты»	Ежегодно (ноябрь)	Заместитель директора по ВР, соцпедагог, студенческий совет
16.	День знаний	Ежегодно (сентябрь)	Заместители директора
17.	Выпускной вечер	Ежегодно (июнь)	Заместители директора, классные руководители, мастера производственного обучения выпускных групп
18.	Посвящение в студенты	Ежегодно (октябрь)	Заместители директора, классные руководители, мастера производственного обучения первого курса
19.	Конкурс «Лучшая учебная группа»	Ежегодно (июнь)	Заместитель директора по ВР, соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
20.	Конкурс «Студент года»	Ежегодно (январь)	Заместитель директора по ВР, педагоги допобразования

21.	«КГА ПОУ ГАСКК МЦК»: вчера, сегодня, завтра» (Знакомство первокурсников с Положениями, правилами, традициями, историей колледжа)	Ежегодно (сентябрь)	Заместитель директора по ВР, соцпедагог, классные руководители
22.	Декада милосердия (акция «Спешу делать добро!», благотворительные концерты, тренинги «Уроки доброты», классные часы «Сделаем мир добрее»)	Ежегодно (ноябрь, апрель)	Заместитель директора по ВР, соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
23.	Лекции по вопросам духовно-нравственного воспитания: - «Духовно-нравственное воспитание молодежи» - «Возрождение духовно-нравственных ценностей в молодежной среде»	Ежегодно (октябрь)	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
24.	Информационные беседы со студентами по вопросам духовно-нравственного воспитания	Постоянно	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
25.	Анкетирование студентов по духовно-нравственному воспитанию	Ежегодно (ноябрь)	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
26.	Разработка методических рекомендаций по вопросам духовно-нравственного воспитания	Постоянно	Заместитель директора по ВР, соцпедагог
27.	Открытые классные часы, диспуты в ученических (студенческих) группах по вопросам духовно-нравственного воспитания	Ежегодно (по плану)	Классные руководители, мастера производственного обучения
28.	Родительские собрания по вопросам духовно-нравственного воспитания детей	Ежегодно	Классные руководители, мастера производственного обучения



Ожидаемые результаты:

- 1) создание банка методических разработок по духовно-нравственному воспитанию;
- 2) повышение уровня культурного развития обучающихся;
- 3) развитие традиций духовно-нравственного и эстетического воспитания учащихся и студентов.

Результативность духовно-нравственного воспитания определяется по следующим показателям:

- наличие наград и призов, грамот и поощрений в области духовно-нравственного воспитания;
- активность студентов в мероприятиях духовно-нравственной направленности (олимпиады, конкурсы, фестивали, выставки и др.);
- количество проведенных творческих конкурсов, викторин, деловых игр и других массовых мероприятий духовно-нравственного содержания;
- сформированность ключевых компетенций выпускника.

Проект «Патриотическое воспитание»

Цель: развитие личности обучающегося на основе формирования лидерских качеств, чувства воинского долга, высокой ответственности и дисциплинированности.

Задачи:

- 1) формирование знаний обучающихся о символике России;
- 2) воспитание готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Родины у обучающихся техника;
- 3) формирование у обучающихся патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству;
- 4) развитие общественной активности учащихся и студентов, воспитание в них сознательного отношения к труду и народному достоянию.

Таблица 4

Мероприятия по патриотическому воспитанию

№ п/п	Наименование	Сроки реализации	Ответственные и исполнители
1.	Шефство над ветеранами и инвалидами войны и труда военных лет, пенсионерами – педагогическими работниками	2017-2020 гг.	Соцпедагог, Студенческий совет, Классные руководители
2.	Книжные выставки, посвященные памятным датам Великой Отечественной войны	Ежегодно	Библиотекарь
3.	Декада, посвященная Великой Победе (литературно-музыкальная композиция «Береги тех, кто жив, помни о тех, кого нет...», «Вечной памятью живы!», конкурс рисунков, плакатов «Память жива»	Май 2017-2020 гг.	Замдиректора по ВР, преподаватели истории, библиотекарь, классные руководители, мастера производственного обучения
4.	Уроки мужества: - «Встань часовым к огню отцовской славы» - «Говорят погибшие герои» - «Юность во фронтовой шинели»	Май, июнь, сентябрь 2017-2020 г.г.	Преподаватель-организатор ОБЖ, преподаватели истории, классные руководители, мастера производственного обучения
5.	Викторина: - «Герб и флаг моей родины» - «История Российской Федерации» - «История Хабаровского края» - «История города Юности»	Май, июнь, октябрь, декабрь 2017-2020 г.г.	Преподаватель-организатор ОБЖ, преподаватели истории, библиотекарь
6.	Встречи с ветеранами войны и труда, военнослужащими ВС РФ	2013-2015 гг.	Преподаватель-организатор ОБЖ, преподаватели истории, классные руководители, мастера производственного обучения



7.	Месячник оборонно-массовой и спортивной работы	Ежегодно (январь-февраль)	Преподаватель-организатор ОБЖ, руководитель физвоспитания, преподаватели истории, классные руководители, мастера производственного обучения
8.	Участие в параде Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945г.г.	Ежегодно (май)	Замдиректора по ВР, преподаватель-организатор ОБЖ, преподаватели истории, классные руководители, мастера производственного обучения
9.	Урок знаний «Гражданские качества личности»	Ежегодно (октябрь)	Классные руководители, мастера производственного обучения
10.	Вечер-путешествие «По городам России»	Ежегодно (январь)	Преподаватели истории, библиотекарь
11.	Проведение кураторских часов на темы: - «Патриотизм. Что вкладывается в это понятие сегодня?» - «Конституция: права и обязанности гражданина» - «Государственные праздники РФ» - «День народного единства» - «Мое представление о подвиге»	Ежегодно (по плану)	Классные руководители, мастера производственного обучения
12.	Экскурсии в музеи города	Ежегодно (по плану)	Классные руководители, мастера производственного обучения
13.	Поэтический вечер «Минувших дней святая память»	Ежегодно (май)	Преподаватели истории, библиотекарь, классные руководители, мастера производственного обучения
14.	Конкурс рефератов «Никто не забыт и ничто не забыто»	Ежегодно (апрель)	Преподаватели истории, библиотекарь

15.	Конкурс на лучший плакат на тему Победы в Великой Отечественной войне	Ежегодно (апрель)	Преподаватели истории, библиотекарь
16.	Проведение социологических опросов студентов с целью диагностирования уровня их гражданской зрелости	Ежегодно (по плану)	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения

Ожидаемые результаты:

1) воспитание выпускников колледжа, владеющих компетенциями гражданственности, способных к самореализации в обществе;

2) готовность и стремление студентов к выполнению своего гражданского и патриотического долга, умение и желание сочетать общие и личные интересы.

Результативность патриотического воспитания определяется по следующим показателям:

- наличие наград и призов, грамот и поощрений в области патриотического воспитания;
- активность студентов в патриотических мероприятиях ;
- сформированность ключевых компетенций выпускника.

Проект «Воспитание здорового образа жизни и пропаганды ВФСК ГТО»

Цель: формирование у обучающегося культуры здоровья на основе воспитания психически здоровой, физически развитой и социально-адаптированной личности.

Задачи:

1) внедрение в образовательный процесс современных здоровьесберегающих педагогических технологий;

2) создание системы комплексного мониторинга уровня психического, соматического здоровья и социальной адаптации обучающихся, а также выявление факторов риска;

3) формирование у обучающихся через цикл учебных дисциплин и внеучебных форм деятельности системы знаний о здоровье человека и здорового образа жизни, мотивации на сохранение сво-



его здоровья и здоровья окружающих людей, профилактики вредных привычек;

4) подготовка студентов-волонтеров и создание условий, позволяющих им вести работу по снижению уровня потребления ПАВ в студенческой среде;

5) пропаганда здорового образа жизни студентами-волонтерами среди студентов.

Таблица 5

Мероприятия по воспитанию здорового образа жизни

№ п/п	Наименование	Сроки реализации	Ответственные и исполнители
1.	Создание электронного банка методических разработок эффективных здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих технологий обучения и его обновление	2017-2020 гг.	Замдиректора по ВР, замдиректора по НМР, заведующий здравпунктом, руководитель физвоспитания, соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
2.	Тренинги: - Не курить – это модно и современно! - Скажи «Нет!» «ПАВ»! - Наркотики: употребление, злоупотребление, болезнь - Профилактика ЗОЖ	2017-2020 уч.г.	Заместитель директора по воспитательной работе, психолог
3.	Тренинги: - ВИЧ/СПИД. Как заражаются ВИЧ - Рискованное и безопасное поведение и ВИЧ - Инфекции, передающиеся половым путем	2017-2020уч.г.	Заместитель директора по воспитательной работе, психолог
4.	Обобщение опыта работы педагогов по формированию здорового образа жизни	Ежегодно (май)	Замдиректора по ВР, классные руководители групп

5.	Формирование группы преподавателей-тренеров по внедрению здоровьесберегающих технологий среди студентов	Сентябрь-декабрь 2017 г.	Зам. директора по ВР, преподаватель-организатор ОБЖ, заведующий здравпунктом, руководитель физвоспитания, классные руководители, мастера производственного обучения
6.	Создание и обновление видеоархива художественных и документальных фильмов по проблемам алкоголизма, табакокурения, наркомании, профилактики гепатита В и СПИДа	Ежегодно (апрель)	Замдиректора по ВР, соци педагог, руководитель физвоспитания, воспитатель общежития, классные руководители, мастера производственного обучения, библиотекарь
7.	Конкурсы рисунков, плакатов, мультимедийных презентаций по формированию и укреплению здоровья, пропаганде здорового образа жизни, профилактике употребления ПАВ, приуроченные к знаменательным датам	Ежегодно	Замдиректора по ВР, классные руководители, мастера производственного обучения
8.	Организация работы спортивно-оздоровительных секций	Ежегодно	Зам.директора по ВР, руководитель физвоспитания, преподаватель-организатор ОБЖ
9.	Проведение спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий	Ежегодно (сентябрь – июнь)	Замдиректора по ВР, руководитель физвоспитания, преподаватель-организатор ОБЖ, преподаватели физкультуры, заведующий здравпунктом
<i>Волонтерское движение «ПОЛЕТ»</i>			
11.	Комплектование групп	Ежегодно (сентябрь)	Замдиректора по ВР, классные руководители



12.	Социологический опрос на тему: «Мы и вредные привычки»	Ежегодно (октябрь)	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
13.	Написание сценариев мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, их проведение	Ежегодно (ноябрь-март)	Замдиректора по ВР, соцпедагог, преподаватель-организатор ОБЖ, библиотекарь, руководитель физвоспитания, заведующий здравпунктом
14.	Акции: - «Нет наркомании» - «Я выбираю здоровый образ жизни» - «Молодежь и здоровье»	Ежегодно (по плану)	Зам. директора по ВР, классные руководители, мастера производственного обучения, преподаватель-организатор ОБЖ, руководитель физвоспитания

Ожидаемые результаты:

1) реализация образовательных здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих комфортное сотрудничество всех субъектов образовательного процесса;

2) сформированная у обучающихся система знаний о здоровье человека и навыков ведения здорового образа жизни;

3) осознание обучающимися здоровья как ценности, наличие мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей;

4) создание банка методических разработок, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

Результативность воспитания здорового образа жизни определяется по следующим показателям:

- наличие наград и призов, грамот и поощрений в области воспитания здорового образа жизни;

- активность студентов в мероприятиях (вовлечение обучающихся в спортивные секции, массовость);

- сформированность ключевых компетенций выпускника.

Проект «Толерантное воспитание студентов»

Цель: воспитание толерантной личности обучающегося, открытой к восприятию других культур независимо от их национальной, социальной, религиозной принадлежности, взглядов, мировоззрения, стилей мышления и поведения.

Задачи:

1) формирование мировоззрения и духовно-нравственной атмосферы этнокультурного взаимоуважения, основанных на принципах уважения прав и свобод человека, стремления к межкультурному миру и согласию, готовности к диалогу;

2) формирование отрицательного отношения к экстремизму, терроризму и нетерпимости;

3) формирование единого информационного пространства в техникуме для пропаганды и распространения идей толерантности, гражданской солидарности и уважения к другим культурам.

Таблица 6

Мероприятия по толерантному воспитанию

№ п/п	Наименование	Сроки реализации	Ответственные и исполнители
1.	Анкетирование обучающихся: «Терпимость по отношению к другим людям», «Мое отношение к носителям различных культурных, религиозных, этнических традиций»	Ежегодно (сентябрь)	Социальный педагог, классные руководители, мастера производственного обучения



2.	Беседы по толерантности: - «Все мы разные, но мы вместе!» (День толерантности) - «Перекрестки культур» (по курсам) - «Жить в мире с собой и другими» - «Как не стать жертвой терроризма» - «Ответственность за совершение правонарушений экстремистской направленности»	2017 г.- 2020 г.	Классные руководители, мастера производственного обучения
3.	Акции: - «Мы разные – в этом наше богатство. Мы вместе – в этом наша сила» - «Спорт против этнической нетерпимости» - «Терроризму – нет!» - «Будем толерантны!»	2017 г. – 2020 г.	Заместитель директора по воспитательной работе, Социальный педагог, Студенческий совет
4.	Тренинг для обучающихся «Многонациональный мир глазами студентов» (сверстник – сверстнику)	Ежегодно 1 курс (ноябрь)	Замдиректора по ВР, психолог, социальный педагог
5.	Виртуальная экскурсия в музеи и храмы различных вероисповеданий	Ежегодно (для студентов 1 курса)	Преподаватели обществознания, библиотекарь
6.	Акция «День спасибо»	Ежегодно (январь)	Соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
7.	Просмотр видеороликов по профилактике преступности	Постоянно	Воспитатель общежития, соцпедагог, классные руководители, мастера производственного обучения
8.	Выставка методических материалов по экстремизму	Ежегодно	Библиотекарь

Ожидаемые результаты:

- 1) воспитание у обучающихся толерантного сознания, идеологии и культуры толерантности;
- 2) повышение уровня межэтнической и межконфессиональной толерантности в молодежной среде;
- 3) формирование у обучающихся интереса и уважения к традициям, обычаям и культуре различных этносов.

Результативность толерантного воспитания определяется по следующим показателям:

- отсутствие фактов экстремизма, психического и физического насилия;
- наличие наград и призов, грамот и поощрений в области толерантного воспитания;
- активность студентов в мероприятиях;
- сформированность ключевых компетенций выпускника.

Проект «Экологическое воспитание студентов»

Цель: способствовать пониманию глобальных проблем экологии, готовить студентов к самостоятельному выбору своей мировоззренческой позиции, воспитывать бережное отношение к среде обитания

Задачи:

- 1) формирование целостного представления о природном и социальном окружении как среде обитания и жизнедеятельности человека;
- 2) воспитание эстетического и нравственного отношения к окружающей среде;
- 3) формирование бережного отношения обучающихся к объектам зеленого фонда колледжа.



Таблица 7

Мероприятия по экологическому воспитанию

№ п/п	Наименование	Сроки реализации	Ответственные и исполнители
1.	Анкетирование обучающихся: «Экология вокруг нас»	Ежегодно (сентябрь)	Преподаватели, классные руководители, мастера производственного обучения
2.	Беседы по экологии: - «Зеленый наряд Земли!» - «Молодежь и борьба за чистую Землю» (по курсам) - «Город Комсомольск-на-Амуре – город будущего» - «Искусство и природа»	2017 г - 2020 г.	Классные руководители, мастера производственного обучения
3.	Акции: - «Город Комсомольск-на-Амуре – зеленый город» - «Чистые берега Амура» - «Мой колледж – моя забота» - «Экология вокруг нас»	2017 г.- 2020 г.	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители, мастера производственного обучения
4.	Виртуальные экскурсии в «музеи природы»	Ежегодно (1 курс)	Библиотекарь
5.	Историко-этнографический конкурс «Предания земли дальневосточной»	Ежегодно (1 курс)	Преподаватели истории, русского языка и литературы
6.	Празднование экологических дат	Ежемесячно	Библиотекарь, классные руководители, мастера производственного обучения
7.	Игра-путешествие «Эколог»	Ежегодно (январь)	Библиотекарь, классные руководители, мастера производственного обучения
8.	Экологические субботники	В течение года	Классные руководители, мастера производственного обучения

9.	Экологические конкурсы	В течение года	Классные руководители, мастера производственного обучения, библиотекарь
10.	Экологические викторины	В течение года	Классные руководители, мастера производственного обучения, библиотекарь

Ожидаемые результаты:

- 1) формирование бережного отношения обучающихся к среде своего обитания;
- 2) вовлечение студентов в движение по сохранению и увеличению зеленого фонда колледжа.

Результативность экологического воспитания определяется по следующим показателям:

- наличие наград и призов, грамот и поощрений в области экологического воспитания;
- активность студентов в мероприятиях;
- сформированность ключевых компетенций в области эколого-практической деятельности

Проект «Правовое воспитание»

Цель: повышение правовой грамотности студентов и преподавателей колледжа. Создание целостной общественной системы правового воспитания

Задачи: повышение уровня квалификации, профессиональной компетентности, качества деятельности педагогических и руководящих кадров в области правового воспитания и позитивной социализации обучающихся; содействие развитию органов ученического самоуправления, в т. ч. правовой и/или правоохранительной направленности; организация работы по использованию современных форм активного сотрудничества образовательной организации и семьи в вопросах правового воспитания и социализации юношей; развитие инфраструктуры, обеспечивающей максимально равную доступность к правовой информации для обучающихся и их родителей (законным представителям);



Таблица 8

Мероприятия по правовому воспитанию

№ п/п	<i>Наименование</i>	<i>Сроки реализации</i>	<i>Ответственные и исполнители</i>
1.	Оформление и использование уголка правовых знаний, размещение информации на официальных сайтах учреждения	2017-2020 гг.	Замдиректора по ВР, Студенческий совет
2.	Организация работы ящика обратной связи с администрацией колледжа	2017 (III квартал)	Замдиректора по ВР, Студенческий совет
3.	Организация оказания бесплатной юридической помощи для несовершеннолетних, их законных представителей в рамках Всероссийского дня правовой помощи детям	Ноябрь ежегодно	Замдиректора по ВР, юрист
4.	Проведение родительских собраний правовой тематики в рамках программы «Школа ответственного родительства»	Ежегодно	Заместители директора, классные руководители
5.	Конкурс плакатов и видеороликов «Права человека глазами молодежи»	Ноябрь 2017-2020 гг.	Замдиректора по ВР, классные руководители
6.	Встреча с работниками прокуратуры	Один раз в год по отдельному графику	Заместитель директора по ВР, классные руководители
7.	Классные часы по правовому воспитанию	В течение года	Замдиректора по ВР, классные руководители

Ожидаемые результаты:

- обладать системой знаний в области прав и законов, уметь пользоваться этими знаниями;
- уважать и соблюдать права и законы;
- жить по законам морали и государства;
- быть законопослушным (по мере возможности охранять правопорядок), активно участвовать в законодательном творчестве;
- быть толерантным во всех областях общественной жизни;
- осознавать нравственные ценности жизни: ответственность, честность, долг, справедливость,

Результативность правового воспитания определяется по следующим показателям:

- снижение количества правонарушений и преступлений среди студентов;
- снижение количества студентов стоящих на учёте учреждения, в органах ПДН и КДН;
- рост числа студентов, участвующих в массовых акциях, мероприятиях колледжа;

Этапы реализации Программы

Содержание деятельности на первом этапе 2017-2018 учебный год – апробация проектов, анализ воспитательной работы в колледже, обобщение результатов первого этапа реализации Программы, внесение корректив.

Содержание деятельности на втором этапе (2019-2020 годы) – мониторинг результатов реализации проектов 1 этапа, внесение корректив в Программу, ее апробация, повышение квалификации педагогов, обобщение результатов 2 этапа реализации Программы, внесение корректив, публикации статей, докладов, выступления на конференциях, внедрение педагогического опыта по реализации Программы. Мониторинг качества выполнения Программы. Публикация на сайте Отчета о реализации Программы. Определение дальнейших перспектив развития техникума в области воспитательной работы.

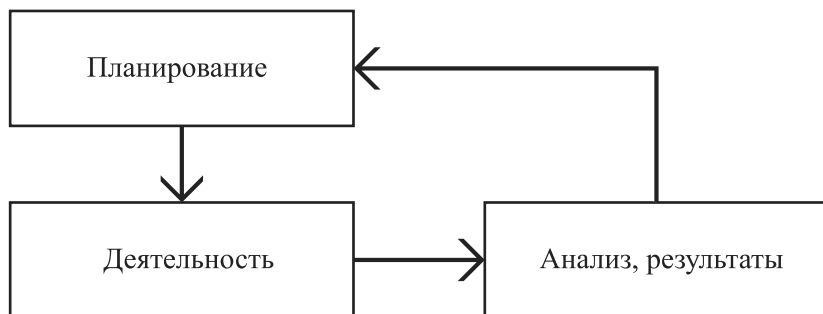
Механизм реализации Программы

Механизм реализации Программы представляет собой скоординированные по срокам и направлениям конкретные мероприятия, ведущие к достижению намеченных результатов.

Управление Программой, контроль и координацию деятельности по реализации Программы осуществляет заместитель директора по воспитательной работе.

Схема 1

Система контроля хода Программы и результатов ее выполнения



На каждый год необходима разработка плана воспитательной работы в целях обеспечения контроля хода и результатов выполнения плана работы.

Ежемесячно при заместителе директора по воспитательной работе проводятся заседания рабочей группы классных руководителей и мастеров производственного обучения для анализа работы. По каждому пункту Программы делаются конкретные отметки о ходе их выполнения.

По всем пунктам Программы в плане указан конкретный срок исполнения.

Реализация Программы



Все участники Программы четко осознают, что главными составляющими стратегии работы должны быть:

- высокое качество всех мероприятий Программы;
- удовлетворение потребностей обучающихся, родительского сообщества, социальных партнеров, общества в целом.

Информация о ходе и итогах реализации Программы открыта для широкой общественности и размещается на официальном сайте колледжа в сети Интернет

Области оценки эффективности Программы и ожидаемых результатов

Таблица 9

Области оценки эффективности Программы и ожидаемых результатов

<i>Воспитательные</i>	<i>Социальные</i>	<i>Управленческие</i>
- уровень воспитанности; - количество обучающихся, участвующих в мероприятиях; - количество призеров, лауреатов и дипломантов спортивных соревнований, творческих конкурсов, фестивалей; - количество обучающихся, пропустивших занятия без уважительной причины	- соответствие выпускников колледжа требованиям работодателей и ФГОС СПО; - отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих	- уровень использования ИКТ при контроле и организации воспитательных мероприятий; - уровень квалификации педагогических работников и администрации техникума; - уровень мотивации всех участников воспитательного процесса

Методы сбора информации: анкетирование всех участников воспитательного процесса и работодателей (в области ключевых компетенций), анализ результатов воспитательной деятельности, микроисследования, тестирования, наблюдения, беседы с субъектами воспитательного процесса. На основании выводов и рекомендаций разрабатывается проект следующей Программы.

Экономическое обоснование Программы

В настоящее время колледж является многопрофильным образовательным учреждением, имеющим различные каналы поступления денежных средств. Финансирование колледжа осуществляется за счет средств краевого бюджета, выделенных на выполнение государственного задания, и средств, приносящих доход деятельности, которые направляются на развитие материальной базы, внедрение новых образовательных технологий в педагогическую деятельность, информатизацию деятельности колледжа, проведение массовых культурных мероприятий, профориентационную работу и улучшение социально-бытовых условий.

Индикаторы реализации Программы

Индикаторы – основной признак, на основании которого производится оценка, определение или классификация чего-либо, мерило суждения, оценки.

Для определения среднего балла общего уровня воспитанности обучающихся используются результаты входного и выходного анкетирования, будет использован уровневый анализ – выявление уровня воспитанности личности по таким направлениям как гражданственность и патриотизм, толерантность, духовность и нравственность личности, а также здоровый образ жизни (см. таблицу 11).

Таблица 11

Уровень воспитанности

№	Индикаторы	Качества личности по каждому показателю
1.	Гражданственность и патриотизм:	- отношение к своей стране, малой Родине; - правовая культура; - чувство долга; - отношение к труду
2.	Толерантность:	- способность к состраданию и доброта; - терпимость и доброжелательность; - скромность; - готовность оказать помощь близким и дальним; - стремление к миру и добрососедству; - понимание ценности человеческой жизни
3.	Духовность и нравственность личности:	- потребность в самопознании; - потребность в красоте; - потребность в общении; - милосердие и доброта; - эстетический вкус; - отношение к своей семье; - отношение к техникуму, будущей профессии; - ценностное отношение к природе



4.	Здоровый образ жизни:	- знание основ здоровьесбережения; - осознание здоровья как ценности; - способность к рефлексии; - потребление ПАВ
----	-----------------------	--

После определения уровня воспитанности обучающихся по каждому из выделенных направлений (5-4 баллов – **высокий** уровень, 4-3 балла – **средний** уровень, 3-2 балла – **низкий** и 2-1 балла – **нулевой** уровень) вычисляется **средний балл** общего уровня воспитанности обучающихся колледжа.

Заключение

Воспитание личности будущего специалиста, профессионала своего дела является, наряду с обучением, важнейшей функцией системы профессионального образования Российской Федерации.

Комплексная программа по воспитанию и социализации обучающихся предназначена для дальнейшего совершенствования и развития воспитательного процесса. Она является основой для деятельности руководящего состава и педагогического коллектива колледжа

Анкета для определения уровня воспитанности.
группы _____ специальность/профессия _____

Долг и ответственность						
1	Считаю для себя важным добиваться, чтобы коллектив моей группы работал лучше.	5	4	3	2	1
2	Вношу предложения по совершенствованию работы группы.	5	4	3	2	1
3	Самостоятельно организую отдельные мероприятия в группе.	5	4	3	2	1
4	Участвую в подведении итогов работы группы, в определении ближайших задач.	5	4	3	2	1

Бережливость

1	Аккуратно пользуюсь библиотечными книгами.	5	4	3	2	1
2	Бережно отношусь к мебели и имуществу техникума (не рисую, не черчу на партах).	5	4	3	2	1
3	Бережно отношусь к своей одежде (слежу за чистотой и опрятностью).	5	4	3	2	1
4	Экономлю природные ресурсы (электроэнергию, воду бумагу – до конца использую тетради).	5	4	3	2	1

Дисциплинированность

1	Знаю и соблюдаю правила, записанные в Уставе техникума.	5	4	3	2	1
2	Всегда внимателен на занятиях, не мешаю слушать другим объяснения преподавателя, мастера.	5	4	3	2	1
3	Участвую во внеклассных мероприятиях, проводимых в группе (в техникуме).	5	4	3	2	1
4	Осознаю свою ответственность за результаты работы в коллективе группы.	5	4	3	2	1

**Ответственное отношение к учебе**

1	Своевременно выполняю задания преподавателей (курсовые, рефераты, практические задания, домашнюю работу).	5	4	3	2	1
2	При подготовке к занятиям стараюсь не прибегать к помощи взрослых, однокурсников.	5	4	3	2	1
3	Использую дополнительную литературу (пользуюсь средствами Интернета).	5	4	3	2	1
4	Аккуратен, исполнитель, точен.	5	4	3	2	1

Отношение к общественному труду

1	Своевременно и точно выполняю порученные мне задания.	5	4	3	2	1
2	Принимаю участие в трудовых рейдах(уборке кабинета, территории техникума).	5	4	3	2	1
3	Выполняю трудовые поручения родителей.	5	4	3	2	1
4	Добросовестно выполняю все поручения.	5	4	3	2	1

Коллективизм, чувство товарищества

1	Удовлетворен отношением моих товарищей к другим группам.	5	4	3	2	1
2	Готов отстаивать интересы всего коллектива техникума в других коллективах и общественных организациях.	5	4	3	2	1
3	Готов помочь своим одноклассникам выполнять домашнее задание или поручения взрослых.	5	4	3	2	1
4	Готов ответить за результаты своей работы и за результаты работы своих товарищей.	5	4	3	2	1

Доброта и отзывчивость

1	Стремлюсь помочь другим обучающимся, а также младшим в разрешении трудностей, возникающих перед ними.	5	4	3	2	1
2	Вежлив со взрослыми, уступаю места старшим.	5	4	3	2	1
3	Не реагирую на случайные столкновения в коридорах техникума	5	4	3	2	1
4	Ко мне всегда можно обратиться за помощью.	5	4	3	2	1

Честность и справедливость

1	Считаю, что необходимо отвечать за свои поступки.	5	4	3	2	1
2	Честно признаюсь, если что-то натворил.	5	4	3	2	1
3	Осуждаю своего товарища, если он рассказал взрослому о проступке товарища без его присутствия при разговоре.	5	4	3	2	1
4	Открыто и смело высказываю свое мнение перед любым коллективом.	5	4	3	2	1

Простота и скромность

1	Говоря о своих успехах, не забываю об успехах товарищей.	5	4	3	2	1
2	Понимаю, что человека уважают не за деньги.	5	4	3	2	1
3	Иногда люблю похвастаться.	5	4	3	2	1
4	Могу дружить с девушками и юношами другой национальности	5	4	3	2	1

Культурный уровень

1	Посещаю музеи, выставки, театры не реже одного раза в месяц.	5	4	3	2	1
2	Среди телевизионных передач смотрю учебные, познавательные фильмы (из жизни растительного и животного миров, передачи, посвященные жизни и деятельности писателей, артистов кино...) Слушаю не только современную музыку, эстрадную, но и классическую.	5	4	3	2	1
3	Слежу за своей речью, не допускаю, чтобы при моем присутствии говорили грубо, некорректно, нецензурно.	5	4	3	2	1
4	Соблюдаю правила поведения в общественных местах (в том числе транспорте)	5	4	3	2	1



Любовь к Отечеству

1	я интересуюсь и горжусь историческим прошлым своего Отечества, переживаю настоящее, обсуждаю с товарищами свою роль в создании его будущего	5	4	3	2	1
2	у меня вызывает интерес историческое прошлое своего Отечества, и я переживаю за его настоящее	5	4	3	2	1
3	мало интересуюсь историей и культурой своего Отечества	5	4	3	2	1
4	пренебрежительно отношусь к истории и отечественной культуре	5	4	3	2	1

Правовая культура

1	я знаю основные гражданские права и обязанности, соблюдаю их, активно работаю по созданию законов и правил школьной жизни	5	4	3	2	1
2	я знаю основные гражданские права и обязанности, соблюдаю большинство из них;	5	4	3	2	1
3	иногда я допускаю отклонения в соблюдении правопорядка;	5	4	3	2	1
4	очень часто нарушаю дисциплину и правопорядок	5	4	3	2	1

Готовность прийти на помощь

1	готов прийти на помощь практически каждому, кто в ней нуждается, всегда стараюсь участвовать в акциях взаимопомощи и милосердия	5	4	3	2	1
2	охотно иду на помощь друзьям и товарищам в решении проблем	5	4	3	2	1
3	неохотно иду на помощь и поддержку других, а если и поддерживаю кого-то, то чаще всего «за компанию»	5	4	3	2	1
4	меня не волнуют чужие проблемы	5	4	3	2	1

Интернационализм

1	уважаю культуру и традиции других национальностей, пресекаю неуважительное отношение к ним	5	4	3	2	1
2	проявляю интерес и уважение к культуре и традициям других национальностей	5	4	3	2	1
3	у меня не вызывает интереса культура других национальностей	5	4	3	2	1
4	как правило, я пренебрежительно отношусь к культуре и традициям других национальностей	5	4	3	2	1

Коммуникативность

1	люблю общаться с людьми, умею взаимодействовать с ними, способен решать конфликты, договариваться, разрабатывать и проводить разные мероприятия	5	4	3	2	1
2	люблю общаться с людьми, умею работать в группе, но испытываю затруднения в решении конфликтных ситуаций	5	4	3	2	1
3	предпочитаю работать один, потому что не всегда умею договариваться с людьми, а во время дискуссии обычно молчу	5	4	3	2	1
4	меня раздражают большие компании, я неуютно чувствую себя в обществе	5	4	3	2	1

Тактичность, культура поведения

1	тактичен и вежлив в обращении со старшими и товарищами, одобряю и поддерживаю эти качества у других	5	4	3	2	1
2	в целом тактичен и вежлив, но спокойно реагирую на бестактность других по отношению к окружающим	5	4	3	2	1
3	вежлив и тактичен, как правило, лишь в присутствии старших и педагогов	5	4	3	2	1
4	не стараюсь быть тактичным и вежливым	5	4	3	2	1



Здоровый образ жизни

1	считаю, что необходимо вести здоровый образ жизни, укреплять свое здоровье; я занимаюсь этим и привлекаю своих друзей; я не имею вредных привычек	5	4	3	2	1
2	в целом веду здоровый образ жизни, укрепляю свое здоровье, но не всегда могу преодолеть свои вредные привычки	5	4	3	2	1
3	не считаю необходимым постоянно вести здоровый образ жизни; думаю, что иногда можно и поразвлечься, не обращая внимания на возможные негативные последствия	5	4	3	2	1
4	не считаю необходимым вести здоровый образ жизни в принципе; имею вредные привычки и думаю, что они - нормальное явление	5	4	3	2	1

Расчет делать по каждому пункту.

Обучающимся сказать: «Прочитайте вопросы анкеты и попробуйте долго не задумываться. Ответьте на них, оценивая себя по 5-балльной шкале. (расшифровка дана на доске)»

«1» - всегда нет или никогда.

«2» - очень редко, чаще случайно.

«3» - чаще нет, чем да, иногда вспоминаю.

«4» - чаще да, чем нет, иногда забываю.

«5» - всегда да, постоянно.

Результаты одного пункта складываются и делятся на 20 (максимальное кол-во баллов) $(3+4+3+4)/16$

Затем складываются показатели по всем пунктам и делятся на 9. $(1+0,9+0,7+0,6+0,5+1+1+1+0,2)/9$

До 0,5 – низкий уровень воспитанности

0,6- уровень воспитанности ниже среднего

0,7 -0,8 средний уровень воспитанности

До 0,9 уровень воспитанности выше среднего

1 - высокий уровень воспитанности

Затем складываются показатели каждого обучающегося и делятся на количество учащихся, получаем уровень воспитанности группы.

SWOT – анализ воспитательной работы

<i>Возможности (O)</i>	<i>Сильные стороны (S)</i>
Адресное повышение квалификации педагогических кадров в области воспитания. Расширение связей с общественностью, социальными партнерами и работодателями. Развитие информационной сети в колледже, широкое применение цифровых образовательных ресурсов в воспитательной работе. Введение разнообразных инновационных педагогических технологий, форм и методов воспитательной работы. Возможность самовоспитания и самокоррекции посредством активизации работы Студенческого самоуправления. Диагностика воспитанности обучающихся. Организация субъект-субъективного взаимодействия по выполнению общих задач.	Стабильный коллектив квалифицированных педагогических работников колледжа, обладающих широкими профессиональными и личностными качествами. Наличие активов учебных групп, Студенческого самоуправления. Наличие информационно-библиотечного центра, оснащенного современным компьютерным оборудованием. Доступ к Интернет-ресурсам. Использование активных форм и методов воспитания. Использование здоровьесберегающих технологий. Медико-психолого-педагогическое сопровождение воспитательного процесса. Гуманизация, обращение к личному опыту обучающихся. Возможность рефлексии.
<i>Угрозы (T)</i>	<i>Слабые стороны (W)</i>
Трудности в преодолении пассивности обучающихся, сформировавшейся в результате применения традиционных форм и методов воспитания.	Низкая степень социальной активности обучающихся. Отсутствие готовности проявлять инициативу, низкий уровень самостоятельности обучающихся.

Приложение № 3

Программа волонтерского движения «ПОЛЁТ»



Составители: Панина А.В., преподаватель и авторский коллектив КГА ПОУ ГАСКК (МЦК).

Руководитель проекта: Алямкина О.А., заместитель директора Центра образования и воспитания КГАПОУ ГАСКК (МЦК) по воспитательной работе

ПАСПОРТ

Основание для разработки:

Добровольческая деятельность студентов – это путь формирования нравственных ценностей, гражданской позиции, самореализации, социализации молодежи. Волонтеры – это добровольцы, осуществляющие социально значимую деятельность по своей воле, посредством личного вклада и предлагающие свою помощь безвозмездно. Волонтерство предоставляет возможность приобрести социальный опыт, получить рекомендации для дальнейшего продвижения и карьерного роста.

Основные разработчики:

- Члены Совета профилактики правонарушений и асоциальных явлений среди студентов, студенческий совет КГА ПОУ ГАСКК (МЦК)

Целеполагание Программы:

- Воспитание нетерпимого отношения к действиям, наносящим вред физическому и нравственному здоровью, интеллектуальной самореализации личности, а также привитие норм здорового образа жизни, общественной морали и толерантности

- Инициирование и развитие подросткового молодежного волонтерского движения по профилактике социально опасных заболеваний

Задачи Программы:

- инициирование и развитие волонтерского движения;
- пресечение распространения и употребления наркотических

средств, психотропных веществ;

- совершенствование волонтерской работы по профилактике асоциального поведения и злоупотреблению ПАВ;

- укрепление системы профилактики наркомании;

- научно-методическое обеспечение развития нового направления в профилактике подросткового добровольческого движения;

- разработка и апробация различных моделей организации подросткового движения по профилактике социально опасных заболеваний;

- обеспечение эффективного взаимодействия подростковых добровольческих служб со всеми структурами, занимающимися первичной профилактикой.

Сроки реализации

1 октября 2017 года – 30 июня 2018 года

Этапы реализации программы

Организационный	создание волонтерской команды, привлечение вновь прибывших студентов, к волонтерской деятельности
Обучающий	обучение волонтеров навыкам первичной профилактики и пропаганды ЗОЖ;
Проектирование	планирование мероприятий по пропаганде добровольческого движения;
Деятельность по проекту	реализация деятельности по направлениям; полноценное функционирование волонтерского движения по профилактике асоциального поведения;
Подведение итогов:	анализ работы, определение перспективы её внедрения.

Основные направления Программы

- изучение опыта работы российских добровольцев по профилактике злоупотреблений ПАВ;

- адаптация существующих программ по профилактике асоциального поведения с привлечением и активным участием волонтеров;

- проведение круглых столов, встреч, конференций, с привлечением специалистов разных сфер для обмена опытом, взаимного



информирования и совместного определения точки приложения инициативы и усилий добровольцев.

- освещение деятельности добровольческих объединений в СМИ, предоставление им информации о готовящихся мероприятиях, проводимых волонтерами.

- активное участие волонтеров в мероприятиях различного уровня.

Основные исполнители Программы

- Заместитель директора ЦОиВ по воспитательной работе
- Руководитель волонтерского движения
- Волонтеры из числа студентов колледжа
- Социальный педагог
- Студенческий совет

Закрепленные за учебным заведением межведомственные специалисты (участковый уполномоченный, работники правоохранительных органов, врач наркологического диспансера и др.)

Ожидаемые результаты реализации Программы

- повышение качества и результативности работы по профилактике наркомании и других форм асоциального поведения;
- создание у студенческой молодежи активного негативного отношения к пагубным привычкам;
- ценностное отношение у студентов к своему здоровью;
- увеличение объема социальных услуг, предоставляемых студентам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации

Контроль за исполнением Программы

Контроль за реализацией Программы осуществляет администрация колледжа совместно с Советом по профилактике правонарушений и асоциальных явлений среди студентов КГА ПОУ ГА-СКК (МЦК), Советом студенческого самоуправления.

ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ

Актуальность проекта подчеркивается тем что, контингент обучающихся колледжа на 80 % состоит из молодежи, у которой идет активный процесс становления личности, принятия определенных принципов мировоззрения. Поэтому волонтерская деятельность



может рассматриваться как один из компонентов и важнейшим механизмов жизненного самоопределения обучающихся.

Активное участие в добровольческой деятельности будет способствовать развитию таких социальных навыков, как:

- развитие коммуникативных способностей;
- опыт ответственного взаимодействия;
- лидерские навыки;
- самоорганизация;
- исполнительская дисциплина;
- защита и отстаивание прав и интересов других людей;
- инициативность и другие.

Реализация в колледже предыдущих целевых программ заложила основы системного подхода к профилактической работе. Проводимые в колледже исследования свидетельствуют о низкой мотивации к инициативной добровольческой деятельности.

Добровольческая работа, общение позволят создать команду единомышленников, найти каждому участнику значимый для себя круг общения и получить поддержку в дружеском взаимодействии. Среди молодежи особенно распространена потребность расширения круга общения, и поэтому, попадая в какое-либо сообщество, юноша или девушка для удержания в группе, начинают преследовать те мотивы, которые характерны для данного сообщества. Очень важно при появлении добровольца в организации закрепить, актуализировать мотивы, приведшие его в волонтерскую деятельность, чтобы человек стремился в коллектив, захотел стать его членом.

Активное участие в волонтерской деятельности будет способствовать формированию у подростков следующих компетенций:

– **учебно-познавательная компетенция** – это совокупность умений и навыков познавательной деятельности. Владение механизмами целеполагания, планирования, анализа, рефлексии, самооценки успешности собственной деятельности. Владение приемами действий в нестандартных ситуациях, эвристическими методами решения проблем. Владение измерительными навыками, использование статистических и иных методов познания;

– **информационная компетенция** – это способность при по-

мощи информационных технологий самостоятельно искать, анализировать, отбирать, обрабатывать и передавать необходимую информацию;

– **коммуникативная компетенция** – это владение навыками взаимодействия с окружающими людьми, умение работы в группе. Знакомство с различными социальными ролями.

При разработке Программы учитывались все направления по организации студенческого волонтерского движения, в том числе и направленные на противодействие злоупотребления наркотиками, алкоголем, табакокурению, по предупреждению правонарушений, терроризма и экстремизма.

Выполнение мероприятий программы требует концентрации усилий всех структурных подразделений в КГА ПОУ ГАСКК МЦК.

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Основной целью программы является воспитание нетерпимого отношения к действиям, наносящим вред физическому и нравственному здоровью, интеллектуальной самореализации личности, привитие норм здорового образа жизни, общественной морали и толерантности, инициирование и развитие студенческого молодежного волонтерского движения по профилактике социально опасных заболеваний.

Для достижения данной цели необходимо решить следующие **основные задачи:**

- инициирование и развитие подросткового добровольческого движения.
- пресечение распространения и употребления наркотических средств, психотропных веществ среди студентов колледжа;
- совершенствование волонтерской работы по профилактике асоциального поведения и злоупотреблению психоактивных веществ;
- укрепление системы профилактики наркомании;
- научно-методическое обеспечение развития нового направления в профилактике студенческого добровольческого движения.
- разработка и апробация различных моделей организации студенческого движения по профилактике социально опасных забо-



леваний.

- обеспечение эффективного взаимодействия студенческих добровольческих служб со всеми структурами, занимающимися первичной профилактикой.

ОПИСАНИЕ РЕАЛИЗУЕМЫХ В РАМКАХ ПРОГРАММЫ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПОСТАВЛЕННЫХ ЗАДАЧ

Для реализации проекта используются следующие педагогические и социальные методы и способы:

- организация массовых мероприятий, имеющих социально-гуманитарную направленность;

- овладение приемами эффективной групповой и индивидуальной коммуникацией; работа в команде волонтеров, приемы организации группового взаимодействия (тренинги, коллективная организаторская деятельность, управление групповой динамикой).

- овладение способами, методами и методиками использования Интернет коммуникаций. Осуществляется самостоятельная работа студентов с Интернет – сайтами по проблемам волонтерской деятельности в социальной сфере (выявление проблем в волонтерской деятельности, анализ материалов, участие в опросах, в конференции, в форуме и т.д.)

- использование при организации и проведении мероприятий приемов визуализации, вербализации, презентации, обратной связи, методов «мозгового штурма» и «мозговой атаки».

- методика организации и проведения сюжетно-ролевых, имитационных, познавательных и развлекательных игр, благотворительных мероприятий, образовательных экскурсий, походов, творческих мастерских по интересам, дебатов, бесед, блиц-интервью и т.п.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа разработана с учётом ФЗ об образовании в РФ, Конвенции о правах ребенка, Конституции РФ, Федеральных государственных образовательных стандартов, Стратегии социально-экономического развития РФ до 2020 года, проекта «Духовно-нравственное воспитание»: Концепция духовно-нравственного

развития и воспитания личности гражданина России, ФЗ «О свободе совести религиозных объединений»; проекта «Патриотическое воспитание»: ГП «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016-2020 годы», утвержденная постановлением Правительства РФ от 30.12.2015 N 1493 (ред. от 13.10.2017) «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016 - 2020 годы», проекта «Воспитание здорового образа жизни и пропаганды ВСК ГТО»: ФЗ «О предупреждении распространения в РФ заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)», ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах», ФЗ «Об ограничении курения табаком», ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; проекта «Толерантное воспитание студентов»: Международная декларация принципов толерантности, Указ Президента РФ «О мерах по противодействию терроризму», ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности», ФЗ «О противодействии терроризму», Федеральная целевая программа «Формирование установок толерантного сознания и профилактики экстремизма в российском обществе»; проекта «Экологическое воспитание студентов»: ФЗ «Об охране окружающей среды», ФЗ «Об отходах производства и потребления», ФЗ «Об охране атмосферного воздуха», ФЗ «Об особо охраняемых природных территориях», Кодекс РФ по экологии и природопользованию в РФ, проекта «Противодействия коррупции».

Ответственными исполнителями мероприятий программы являются заместитель директора по воспитательной работе, заведующие отделениями, социальный педагог, классные руководители учебных групп, преподаватели обще-гуманитарных и социально-экономических дисциплин, заведующая библиотекой, студенческий совет и закрепленные за учебным заведением межведомственные специалисты (участковый уполномоченный, работники правоохранительных органов, врач наркологического центра и др.)

Координацию деятельности и общий контроль за исполнением и реализацией программы осуществляет Центр образования и воспитания КГА ПОУ ГАСКК (МЦК).

По решению генерального директора колледжа ход и результаты выполнения мероприятий программы могут быть рассмотрены на административных совещаниях.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

Об эффективности Программы при условии ответственного отношения исполнителей к реализации запланированных мероприятий должны свидетельствовать следующие показатели, которые необходимо достигнуть к концу 2020 года:

- Популярность идеи волонтерства в целом и активная, системная деятельность студенческого волонтерского движения колледжа;
- Рост числа добровольцев, желающих и способных заниматься профилактической работой.
- Включение в работу с добровольцами по профилактике высокопрофессиональных кадров.
- Постоянное пополнение численности студентов волонтерского движения через привлечение и подготовку волонтеров-новичков.

МЕРОПРИЯТИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВОЛОНТЁРСКОГО ДВИЖЕНИЯ «ПОЛЁТ»

<i>Мероприятие</i>	<i>Срок реализации</i>	<i>Ответственные лица</i>
Организационные мероприятия		
Организационное заседание волонтерской команды. Распределение поручений	сентябрь	Замдиректора по ВР
Проведение тренингов «Приемы установления социальных контактов».	октябрь	Педагог-психолог
Проведение тренинга «Я ЛИДЕР».	октябрь	Педагог-психолог
Реализация проекта «Мы выбираем ЗОЖ»	октябрь - май	Воспитатель общежития



Семинар «Роль волонтера в жизни общества»	ноябрь	Замдиректора по ВР
Праздничное мероприятие «Волонтер – это звучит гордо! «	5 декабря	Замдиректора по ВР
Отчет волонтеров о проделанной работе за 1 полугодие	4 неделя декабря	Руководитель волонтерского движения
Семинар, обучение волонтеров «Как организовать благотворительную акцию»	ноябрь	Замдиректора по ВР
Благотворительная акция в Дом малютки г. Комсомольска-на-Амуре	30 декабря	Замдиректора по ВР
Проведение обучающего семинара по первичной профилактике ВИЧ инфекции «Простые правила жизни»	январь	Врач-нарколог
Круглый стол «Этика на каждый день»	февраль	Педагог-психолог
Час общения «Моя речь – Моё зеркало»	февраль	Классные руководители
Тематический тренинг для волонтеров по формированию коммуникативной культуры	март	Педагог доп.образования
Организация волонтерами ежегодного мониторинга путем анкетирования студентов по выявлению случаев употребления ПАВ	март	Волонтеры колледжа
конкурс агитационных листовок по профилактике правонарушений и пропаганде ЗОЖ среди учебных групп	март	Волонтеры колледжа
Выступление агибригады по профилактике ЗОЖ	март	Педагог доп. образования
Отчет волонтеров о проделанной работе за год	Июнь	Руководитель волонтерского движения

Информационное и методическое обеспечение волонтерского движения		
Обеспечение размещения информационного материала по профилактике правонарушений и пропаганды ЗОЖ на стендах колледжа	В течение года	Руководитель волонтерского движения
Обеспечение размещения информационного материала по профилактике правонарушений и пропаганды ЗОЖ на официальном сайте колледжа	В течение года	Руководитель волонтерского движения
Ознакомление студентов колледжа с расписанием спортивных секций, творческих кружков, клубов	До 01 октября	Зам.директора по ВР
Разработка методических рекомендаций для волонтеров по проведению профилактической работы с подростками во время их работы	По мере необходимости	Руководитель волонтерского движения
Пополнение фонда библиотеки документами и литературой по профилактике правонарушений и пропаганде ЗОЖ	В течение года	Библиотекарь колледжа
Профилактические мероприятия		
Профилактическая беседа, направленная на защиту студенческой молодежи от проблем, связанных с незаконным оборотом наркотиков, с приглашением специалистов УФСКН России по Хабаровскому краю	По отдельному графику	Зам.директора по ВР
Профилактический рейд с целью предупреждения и выявления употребления ПАВ в общежитиях колледжа	По отдельному графику	Зам.директора по ВР
Антинаркотический интернет – урок «Имею право знать! «	Ноябрь	Зам.директора по УР
Проведение конкурса среди учебных групп колледжа «Лучшая волонтерская акция»	декабрь	Зам.директора по ВР



Международный день отказа от курения: - оформление информационного стенда - акция «Сломай сигарету или сигарета ломает тебя»	декабрь	Воспитатель общежития
Проведение обучающего семинара для членов студенческого совета колледжа и волонтеров на тему: «Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим при отравлении токсическими и психотропными веществами» с приглашением специалистов УФСН России по РБ	январь	Мед.работник колледжа
Проведение книжных выставок для студентов колледжа в читальном зале с целью профилактики правонарушений и пропаганды ЗОЖ	По плану работы библиотеки	Библиотекарь колледжа
Организация и проведение праздников, вечеров досуга, смотров, конкурсов	В течение года	Замдиректора по ВР
Рейды по проверке санитарного состояния студенческих комнат в общежитии	Каждый четвертый четверг месяца	Инициативная группа
Участие студентов учебных групп в мероприятиях, конкурсах, вечерах досуга	В течение года	Замдиректора по ВР
Формирование здорового образа жизни		
Проведение всероссийского «Кросса нации»	сентябрь	Руководитель физ.воспитания
Проведение студенческой Спартакиады среди учебных групп колледжа	октябрь	Руководитель физ.воспитания
Акция «Здоровое питание студента»	октябрь	Воспитатель общежития

Проведение лектория «Здоровье» для студентов колледжа на темы: - Красота и здоровье; - Секреты правильного питания; - Кладовая витаминов.	ноябрь	Воспитатель общежития
---	--------	-----------------------

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В ходе реализации ПРОГРАММЫ обучающиеся приобретут:

- опыт ролевого взаимодействия и реализации гражданской, патриотической позиции;
- опыт социальной и межкультурной коммуникации;
- уважительное отношение и равнодушие к жизненным проблемам других людей;
- сочувствие к человеку, находящемуся в трудной ситуации;
- знание традиций образовательного учреждения, бережное отношение к ним;
- осознание приоритета нравственных основ труда, творчества, создания нового;
- опыт участия в различных видах общественно полезной и лично значимой деятельности, занимать социально ответственную позицию в отношении социально негативных событий и явлений окружающей жизни; реагировать на них в соответствии со своими убеждениями в рамках правовых и нравственных норм;
- личный опыт участия в экологических инициативах, проектах.



Приложение № 5

Методическая разработка Дискуссионный клуб «Не отнимай у себя завтра»

Автор: Перегоедова М.А., преподаватель

Цели мероприятия:

- сформировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни;
- выделить компоненты здорового человека;
- познакомить студентов с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье.

Задачи:

- включение студентов, проживающих в общежитии, в деятельность по сохранению и формированию собственного здоровья; систематизация и обобщение знаний студентов о полезных и вредных привычках; формирование у обучающихся правильного представления о здоровье, здоровом образе жизни.
- воспитание желания заботиться о своём здоровье, вести здоровый образ жизни и пропагандировать его; убедить в том, что здоровье является важным условием для счастливой жизни;
- развитие у обучающихся творческих способностей, внимания, мыслительной активности, логического мышления; умения презентовать результаты собственной и совместной деятельности; вовлечь их в обсуждение и высказывание личного мнения.

Методическое обеспечение: мультимедийное оборудование; документальный фильм о вреде алкоголя, презентации; раздаточный материал – памятки «Приёмы отказа от предлагаемых сигарет и наркотиков».

Ход мероприятия:

Эпиграф: «Тот, кто может победить другого – силен, тот, кто побеждает самого себя – воистину могуществен».

Ведущий: Здравствуйте, студенты и педагоги! А знаете, мы ведь не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку

здоровья, потому что сказали: Здравствуйте! Здоровья желаю! Наш сегодняшний разговор о здоровье. А что же такое здоровье?

Ответы студентов.

Ведущий: По данным отечественных и зарубежных ученых, на наше здоровье влияют: образ жизни (50-55 %), состояние окружающей среды (20-25 %), наследственность (20 %), здравоохранение (10 %). Получается, что в большей степени здоровье человека зависит от него самого.

Профессор И. Брехман, стоявший у истоков валеологии, науки о здоровье, считает, что в ряду жизненных ценностей именно здоровье должно занимать первое место, а не вещи, престиж и успех. Важно, считал он, чтобы человек понял, что своим умом, волей он может сделать для сохранения и развития своего здоровья во много раз больше, чем все лекарства мира.

А вот так определяли здоровье всем известные исторические личности:

Сократ: «Здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто».

Демокрит (460 – 370 до н.э.) древнегреческий философ: «Короткую жизнь мы не получаем, а делаем ее такую; не бедны мы жизнью, а пользуемся ею расточительно. Жизнь длинна, если ею умело пользоваться».

Сенека (4 до н.э. – 65) римский философ: «Люди уверяют, что жизнь коротка, а я вижу, что они сами ее укорачивают».

Ведущий: Как вы понимаете это высказывание?

Ответы студентов.

Ведущий: Наш разговор пойдет о вредных привычках. Среди социальных норм многие сложились так давно, что, кажется, что они существовали всегда. Действуя определённым образом, ты привыкаешь к последовательности действий, возникает привычка. Говорят: «Привычка – вторая натура». Хорошо, если эти привычки действительно социальные нормы, но далеко не все привычки полезны. Никто не станет спорить, что вредно читать лёжа, болтать во время еды. Среди вредных привычек есть и более опасные: курение, употребление алкоголя или наркотиков.

«Посеешь привычку – пожнёшь характер» – гласит русская пословица.

Ведущий: Какие вредные привычки преследуют многих людей в жизни? (*Курение, пьянство, сквернословие, наркомания*). *Ответы студентов.*

Ведущий: Учёные выявили ряд причин, по которым человек начинает употреблять разного рода наркотические вещества. В анкете студенты назвали следующие:

- желание показаться «крутым» – 5%;
- стремление уйти от проблем – 20%;
- желание самоутвердиться – 6%;
- назло родителям – 1%;
- за компанию (“стадное чувство”) – 40%;
- родители курят – 28%.

Ведущий: А сейчас вашему вниманию просмотр фильма Мифы об алкоголе (Год выпуска: 2005, Страна: Россия, Жанр: документальный, режиссер: Ольга Мельникова)

Обсуждение фильма о вреде алкоголя.

Вопросы ведущего:

- Какое впечатление от фильма?
- Это – реальность или вымысел?
- Как вы думаете, алкоголизм – это ...
- Как помочь людям, зависимых от алкоголя?
- Какое впечатление от фильма и др.

Ведущий:

В народе о пьянстве и пьющих сложены поговорки, определяющие отношение к таким людям. Попробуйте продолжить поговорки:

Кто пьёт хмельное – тот говорит дурное.

Пьяница проспится – к работе не годится.

Кто в водке ищет силы – тот ходит по краю могилы.

Хмель шумит – ум молчит.

Сколько мужья выпили водки – столько их жены и дети пролили слёз.

Чай попьёшь – орлом летаешь, водку пьёшь – свиньей лежишь.

Муж пьёт – полдома горит, жена пьёт – весь дом горит.

Пьяному море по колено, а лужа по ушам.

Говорят «пьянство – это упражнение в безумии», к сожалению,

это не единственное упражнение. «Наркомания – это наслаждение смертью» – сказал Франсуа Мориак. *Предлагаю прослушать доклад студентов о вреде наркомании и посмотреть презентацию.* (Презентация «Наркомания – социальная проблема»).

Выступление волонтеров

Ведущий: Многое из сказанного верно. Итак, сегодня стоит напомнить вам об уголовной ответственности, предусмотренной за хранение, сбыт и употребление наркотиков. Мы продолжим разговор о вредных и опасных привычках. Не менее опасно курение.

Листья растения острова Табаго были завезены в Европу Христофором Колумбом в XV веке и получили название «табак». У курящих быстро наступает тяга к курению и с ней трудно бороться. Индейцы считали табак успокаивающим веществом и использовали его как лечебное средство. Но сейчас доказано, что в табаке содержится 400 химических веществ, многие из них – яды, более 40 веществ вызывают рак. Табакокурение относят к вредным привычкам. Никотин является веществом, изменяющим сознание.

Выкуривая 1 пачку сигарет, курильщик забивает свои легкие в год 1 литром никотиновой смолы.

Воспитатель: Сейчас я приведу вам статистику, которая нас сильно огорчит. Нам есть над чем задуматься.

К 12 годам сигареты пробуют уже 30% россиян, к 13 годам – 47%, к 14 – 55%, к 15 – 65%, к 16 – 78%, к 17 – 80%.

Свою первую сигарету мальчики выкуривают в возрасте до 10 лет, девочки – в 13-14.

К 15 годам каждый десятый курящий подросток уже страдает никотиновой зависимостью.

Ведущий: А что вы знаете о вреде курения?

Отвечают студенты

Рефлексия внеклассного мероприятия

Ведущий: Сегодня вы назвали несколько причин влечения к курению или алкоголю, наркотикам. И всё-таки, основная из них, наверняка, заключается в том, что вы боитесь показаться «белой вороной» в компании сверстников. Зачастую вам вовсе не хочется курить, но не знаете, как отказаться от протянутой сигареты, не



прослав при этом «маменькиным сынком». Послушайте басню С. Михалкова «Непьющий воробей».

Выступает студент

Случилось это

Во время птичьего банкета:

Заметил Дятел-тамада,

Когда бокалы гости поднимали,

Что у Воробушки в бокале –

Вода! Фруктовая вода!!

Подняли гости шум, все возмущаться стали,

«Штрафной» налили Воробью.

А он твердит своё: «Не пью! Не пью! Не пью!»

«Не поддержать друзей? Уж я на что больная, -

Вопит Сова, – а всё же пью до дна я!»

«Где ж это видано, не выпить за леса

И за родные небеса?!» –

Со всех сторон стола несутся голоса.

Что делать? Воробей приклепил полбокала.

«Нет! Нет! – ему кричат. – Не выйдет! Мало! Мало!

Раз взялся пить, так пей до дна!

А ну, налить ему ещё вина!»

Наш скромный трезвенник недолго продержался –

Все разошлись, а он под столом остался...

С тех пор прошло немало лет,

Но Воробью теперь нигде проходу нет,

И где бы он не появился,

Везде ему кричат и шепчут вслед.

«Ах, как он пьёт!», «Ах, как он разложился!»,

«Вы слышали? На днях опять напился!»,

«Вы знаете? Бросает он семью!»

Напрасно Воробей кричит: «Не пью-ю! Не пью-ю!!»

Вопросы ведущего:

- Скажите, что случилось с воробьём?

- Почему воробей не сумел отказать, сказать НЕТ?

Ведущий: Также происходит и в жизни. Но, безвыходных ситуаций не бывает. Нужно лишь найти такой ответ, который позволит

выйти из неприятной ситуации, не потеряв своё лицо. Что же можно сказать тем, кто предлагает сигарету или спиртные напитки? Как устоять против наркотического дурмана? Давайте подумаем вместе:

Ответы студентов:

– я занимаюсь спортом, а курение и спорт – вещи несовместимые;

– никотин – сильнейший яд, который способствует возникновению многих заболеваний, а у меня и так много проблем со здоровьем;

– желтые зубы и преждевременные морщины, неприятный запах изо рта меня не привлекают;

– у меня аллергия на табачный дым;

– нет, я предпочитаю чистый воздух!;

– не нахожу в этом никакого удовольствия;

– нет, не хочу укорачивать себе жизнь.

Ведущий: Спасибо за ваши ответы. Мне приятно сознавать, что сегодня вы научились говорить «Нет» вредным привычкам. Каждый из нас может сделать свой выбор. Но неоспоримая истина в том, что вредные привычки – это зло!!! А зло не приходит к нам в откровенном облике зла – оно маскируется под добро. Никто вам не предложит: «Стань наркоманом! Стань алкоголиком или никотинозависимым!» Ему скажут: «Попробуй разок!»

Не забывайте, каким быть решать только вам:

Читает стихотворение студент:

Каждый выбирает для себя

Женщину, религию, дорогу.

Дьяволу служить или пророку –

Каждый выбирает для себя.

Каждый выбирает по себе

Слово для любви и для молитвы.

Шпагу для дуэли, меч для битвы

Каждый выбирает по себе.

Каждый выбирает по себе.

Щит и латы, посох и заплаты,

Меру окончательной расплаты



Каждый выбирает по себе.
Каждый выбирает для себя.
Выбираю тоже, не жалею:
«НЕТ!» – наркотикам, а жизни – «ДА!»
Вот что выбираю я!

Ведущий: Хочется поблагодарить всех, кто участвовал в работе нашего мероприятия. Большое спасибо за интересные сообщения, презентацию и видеofilm о здоровом образе жизни. Надеюсь, что знания, полученные сегодня, помогут вам сделать правильный выбор. Благодарю за внимание. А в завершении я процитирую одного известного вам человека:

«Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех».

Владимир Путин

Используемые источники:

1. http://nsportal.ru/sites/default/files/2013/12/09/_ya_vybirayu_zdorovyy_obraz_zhizni.docx
2. Как быть здоровым (из зарубежного опыта обучения принципам здорового образа жизни). М.: Медицина, 2010.
3. Книга о здоровье: Сборник // Сост.: Ю.В.Махотин, О.В.Карева, Т.Н. Лосева. Под. Ред. Ю.П.Лисицына. – М.: Медицина, 2012.
4. В.Михайлов, А. Палько. Выбираем здоровье! – 2-е изд. – М.: Академия, 2013
5. Сборник пословиц и поговорок. // Сост.: А.Д. Крюков. – М.: Академия, 2008

КЛАССНЫЙ ЧАС «Твое здоровье и наркотики»



Составитель: Третьякова Н.Д.

Цели:

- рассказать студентам о последствиях наркомании,
- обратить внимание на духовно-нравственное падение наркоманов;
- информировать о законах, правовых нормах, действиях правительства по данной проблеме.

Форма организации: коллективно-групповая.

Методы и приемы:

- методы: словесно-дедуктивные, наглядно-дедуктивные, практически-дедуктивные
- приемы: беседа, дискуссии.

Подготовка:

Подбор необходимой информации; создание презентации; организация группы докладчиков.

При проведении классного часа формируются следующие ОК:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 6. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.



Введение

В настоящее время наркомания приобрела поистине угрожающий размах. Согласно отчёту ООН 2,5% населения планеты (около 140 млн. человек) употребляют марихуану или гашиш, 13 млн. – кокаин, 8 млн. – героин. Ситуация усугубляется тем, что если раньше речь шла о природных наркотиках, то сегодня прогресс дал человечеству синтетические препараты, одноразового введения которых в организм достаточно для того, чтобы жизнь человека навсегда превратилась в постоянный поиск новой дозы. Но если вам однажды придётся делать подобный выбор, вы должны знать не только о прекрасных иллюзиях, которые дарят наркотики, но и представлять ту грязь, пошлость и самоунижение с которыми вам придётся столкнуться позже... всего несколькими минутами мимолётного обмана. Ситуация в Алтайском крае в два раза хуже, чем в среднем по России. Наш регион является транзитной территорией, через которую идут наркотики. Алтайский край является наркопотребляющей территорией. У нас почти 12 тысяч наркоманов, состоящих на учёте в краевом наркологическом диспансере. В крае – 60 тысяч наркоманов, а это почти 5% населения. Посчитано, что если количество наркозависимых превышает 7-8%, последствия становятся необратимыми, и нация не будет иметь шансов на выживание (статья из газеты «Славгородские вести»)

Ход мероприятия:

Вступительная часть – студент:

Друг мой, друг мой,
Я очень и очень болен.
Сам не знаю, откуда взялась эта боль.
То ли ветер свистит.
Над пустым и безлюдным полем,
Топь, как рощу в сентябрь,
Осыпает мозги никотин.
(С. Есенин.)

Никотин!!! На первый взгляд это слово звучит совсем безобидно. Но это от того, что мы не знаем, что это такое. На самом деле, это слово таит в себе ужас, боль, беспощадность, вызывает даже

страх. До чего же катиться человечество? Люди топят свою беду, неурядицы в семейной жизни в никотине. Я таких людей не понимаю. Это не люди, это просто существа, которые распространяют эту «заразу». Так и хочется не сказать, а крикнуть: «Люди, оглянитесь, ведь это ваша жизнь!» Неужели вы хотите такую жизнь пожелать своим будущим детям? Если вы не думаете о себе, то подумайте о детях. Это самое святое. Или вам доставляет радость видеть, как страдают дети, которые родились от женщин-наркоманок. Это не дети – это калеки, дети у которых такое будущее как у родителей, а, может, этого будущего у них нет. Что же вы творите, вы сами себя губите. Ведь не для того Бог сотворил Землю, чтобы смотреть, как она гибнет. На эту тему очень много можно говорить и говорить не без слёз на глазах. Ведь умирает с помощью наркотиков, то лучшее в человеке, что он имеет.

2) Вступительное слово преподавателя:

Вы любите жизнь? Что за вопрос? Жизнь – это богатство, данное каждому изначально, и очень хочется, чтобы она была прекрасной и счастливой. А что такое хорошая жизнь?

3) Провести анкетирование студентов.

АНКЕТА

1. Есть ли среди ваших знакомых люди, употребляющие наркотики или токсические вещества?

☐	да, таких много	☐	нет, таких нет
☐	да, такие есть, но их мало	☐	затрудняюсь ответить

2. Что именно они чаще всего употребляют? _____

3. Знаете ли вы, где легко достать наркотики?

☐	да, знаю	☐	нет, не знаю
--------------------------	----------	--------------------------	--------------

4. Употребляли ли вы наркотики?

☐	да, один раз	☐	нет
☐	да, и не однажды		



5. Если вам доводилось употреблять наркотики, то в каком возрасте это произошло в первый раз?

☐	в _____ лет	☐	вопрос ко мне не относится
☐	не помню		

6. Что побудило вас попробовать наркотики? (Можно выбрать несколько самых важных ответов.)

- ☐ любопытство
- ☐ мне хотелось расслабиться
- ☐ мне было интересно получить новые ощущения
- ☐ на зло родителям
- ☐ пример знакомых и родственников
- ☐ мне нужно было отвлечься от проблем
- ☐ не хотелось отставать от компании
- ☐ от скуки, от нечего делать
- ☐ затрудняюсь ответить
- ☐ что-то еще?

7. Если вы употребляете наркотики, алкоголь или курите, не возникало ли у вас желание отказаться от этого?

☐	да	☐	не знаю как
☐	нет	☐	затрудняюсь ответить

4) Сказка

*В одной стране когда-то
Жил-был один король,
Имел он много злата,
Но был совсем больной.
Он очень мало двигался.
И очень много ел.
И каждый день, и каждый час.
Все больше он толстел.
Одышки и мигрени. Измучили его.
Плохое настроение Типично для него.
Он раздражен, капризен.*

Не знает почему.

Здоровый образ жизни был не знаком ему.

Росли у него детки.

Придворный эскулап Микстурами, таблетками

Закармливать их рад. Больными были детки,

Хоть слушали его, И повторяли детство

Папаши своего.

Волишебник Валеолог явился во дворец – и потому
счастливый у сказки сей конец.

В каждой сказке есть доля правды. И в этой истории отражена реальная жизнь. Сейчас в нашей стране 145 млн. человек; по прогнозам специалистов к 2050 году нас может остаться всего около 102 млн.

Одна из причин сокращения численности населения – низкая продолжительность жизни. В среднем мужчины в России живут до 57 лет, женщины – 71-72 года. За последние годы число мужчин, умерших от болезней сердца и сердечнососудистых заболеваний, увеличилось в 2 раза, каждый третий умирает от онкологических заболеваний, каждый четвертый – от болезни легких. И если так будет продолжаться, то через 20-25 лет Россия станет страной хронически больных вдов. *Вы хотите такого будущего? Меня очень тревожит эта ситуация и волнуют вопросы:*

□ **Как правильно организовать свою жизнь?**

□ **Как сделать ее счастливой?**

□ **Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтрашний день?**

5) Просмотр фильма

6) Выступление студентов

Из истории наркотиков:

Употребление наркотических веществ известно давно. В доисторические времена это разрешалось только избранным (вождям, шаманам, жрецам), поскольку наркотики вызывают изменение душевного состояния. Для простых смертных это было строго запрещено, и, если кто-то нарушал запрет, его ждала жестокая кара. Наркотические вещества употреблялись только для общения

с «высшими силами». Рецепты приготовления снадобий тщательно охранялись, что в известной мере ограничило их распространение и уберегало народы. Первым известным в истории растением с наркотическим действием был мак. На глиняных табличках, обнаруженных на территории современного Ирака, остались рецепты приготовления и употребления опиума. Шумеры называли его «чиль», что означает «радость». В Малой Азии служители культа пили наркотические вещества, смешивая их с вином, и утверждали, что так они постигают сущность времени. Инки жевали с этой целью листья коки, индейцы Южной Америки до сих пор кладут их в рот усопшего, рассчитывая, таким образом, на благосклонность божества. В религиозных целях использовались и галлюциногенные грибы. Вообще вера в божественность грибов была широко распространена у древних народов (Мексика, Япония, Таджикистан). В Гватемале были найдены каменные грибы (насчитывающие более трех тысяч лет), и есть свидетельства о том, что индейцы майя также исповедовали культ грибов.

Согласно древней легенде, несколько волосков с головы божества Вишну были унесены в чудесную долину и превратились в необычные растения, которые могли рассмешить даже печального человека. Так родился гашиш.

Загадка наркотических растений, их необычное действие на психику человека послужили основой для многих мифов и легенд у многих народов мира. Европа практически ничего не знала о наркотиках до конца XIII века, когда крестоносцы привезли с Ближнего Востока опиум.

Врачи древности использовали наркотические вещества наряду с традиционными методами для лечения душевных заболеваний. Приняв дозу наркотического вещества, пациенты должны были провести ночь в храме, чтобы услышать голос божества, которое сообщит, какое лечение следует пройти.

Существует знаменитый «папирус Эберса», из которого известно, что во многие лекарства, использовавшиеся в античные времена, входил опий. Гиппократ также считал опий весьма эффективным лекарством. В Европе первое лечебное средство, изготовленное из опиума, применил швейцарский врач, есте-



ствоиспытатель и философ Парацельс. Опиум он назвал камнем бессмертия, и изготовленные на его основе препараты широко использовались в практической медицине.

В XVII веке знаменитый английский врач Томас Сайденхэм открыл свой способ получения опиума. Первые препараты опиума носили название «лаудан». Здесь важно отметить, что применению опиатов во врачебной практике способствовало и его употребление в медицинских целях.

В 1805 году аптекарь Зертюрнер выделил первый алкалоид опиума и дал ему название «морфин» в честь Морфея, греческого бога сна (по другим данным морфин был открыт в 1806 году Сегэном, химиком наполеоновской армии). Когда же была изобретена игла для подкожных инъекций, возникло ошибочное и опасное заблуждение, что такое введение препарата не вызывает привыкания, но этот метод ускорил возникновение морфинизма и в XIX веке можно уже говорить о массовом употреблении наркотиков.

Героин, который оказался в три раза сильнее и во много раз опаснее, был впервые произведен в 1898 году в Германии, потеснил морфин, и его распространение приняло в Европе, а затем и в США эпидемический характер, вовлекая в свои ряды все новые жертвы. В отличие от опиума, действие которого длится 10-12 часов, героин имеет быстрый и кратко - временный Эффект, что заставляет наркомана делать инъекции каждые три часа.

С незапамятных времен известно наркотическое действие некоторых веществ, получаемых при переработке конопли. Они имеют разнообразные названия: шарас, банг, коннабис, марихуана, гашиш.

Еще в XII веке Эби Бейтар отмечал, что гашиш в больших дозах приводит к бреду и безумию, а в конечном итоге – к отуплению и слабоумию. Само название «марихуана» происходит от португальского «марижуанго» – отравитель. Несмотря на достаточно известную опасность и пагубные последствия употребления препаратов индийской конопли, этот вид наркомании относится к самым распространенным и остается предметом самой широкой контрабандной торговли. Марихуану завезли в Европу в XIX

веке из Египта и Индии, а в США позднее, в годы экономического кризиса из Мексики (по данным официальной статистики число американцев, курящих марихуану, составляет 8 миллионов). С этого времени в стране стремительно растет число преступлений, несчастных случаев на дорогах (препарат существенно влияет на внимание, координацию и ориентировку водителей).

1938 год. Швейцарский химик Альберт Хоффман из ржаной спорыньи получает лизергиновую кислоту, что придает наркомании размах, доселе не известный в мире (ЛСД в 4 тысячи раз сильнее других наиболее известных наркотиков). Этот препарат относится к группе психотомиметиков – наркотиков, способных вызывать психозы, сопровождающиеся грубыми нарушениями ориентировки, бредом галлюцинациями, чувством тревоги и страха. Оказалось, что этот препарат может также влиять на хромосомы и ведет к рождению неполноценного потомства. Эта особенность – влияя на развитие потомства – отмечена и у других наркотических веществ. По данным статистики, в 70 % семей наркоманов рождаются дети-уроды, но процесс синтеза новых наркотических веществ не останавливается. Одновременно с ростом потребления сильных наркотических средств растительного происхождения все более популярными становятся у наркоманов синтетические препараты, и практически ежегодно на «черном» рынке появляются новые сильнодействующие наркотики, еще более усугубляя и без того сложную ситуацию. В последнее время органы безопасности выявили около 300 подпольных лабораторий, в которых производились наиболее опасные для здоровья человека синтетические препараты. До конца XIX века наркомания не рассматривалась как серьезная международная медицинская проблема. Только в начале XX века с развитием технического прогресса и началом лабораторного производства алкалоидов опиума и кокаина наркомания получает эпидемическое распространение.

Употребление наркотиков – явление повсеместное. Оно встречается у мужчин и женщин, во всех этнических и социальных группах. Развитие транспорта, открытость границ, международная торговля сократили расстояние между странами и народами, что также способствовало распространению наркомании. История

наркотиков продолжается. Сегодня она творится у нас на глазах, вовлекая все новые жертвы, плодя смерть и насилие...

7) **Выступление врача-нарколога.**

8) **Выступления студентов – синтетические наркотики.**

9) **Наказание «Законодательство о наркотиках.» (Глава 25 УК РФ ст.228, Ст.231 УК РФ)**

В нашей стране 8 января 1998 года подписан закон о наркотических средствах и психотропных веществах. По этому закону уголовным преступлением считается:

- распространение;
- хранение;
- изготовление наркотических средств.

Уголовная ответственность

Наркотики и закон несовместимы

Из Уголовного кодекса РФ:

Статья 228. Незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов.

1. Незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов в крупных размеров – наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трех лет.

Примечания. 1.

Лицо, совершившее преступление, предусмотренное настоящей статьей, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества или их аналоги и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление. Не может признаваться добровольной сдачей наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов изъятие указанных средств,



веществ или их аналогов при задержании лица, а также при производстве следственных действий по их обнаружению и изъятию.

Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ.

1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ – наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до пяти лет.

В Иране и Казахстане за употребление наркотиков расстреливают!!!

10) Итоги анкетирования - (группа студентов-старшекурсников)

11) А теперь давайте развеем мифы:

Миф №1

Употребление наркотиков не болезнь, а баловство, дурная привычка.

Правда: (вариант ответа)

Употребление наркотиков очень скоро приводит к возникновению болезни, название которой – наркомания. Основным симптомом этой страшной болезни является зависимость от употребления наркотика, который начинает играть в обмене веществ человека такую же роль, как воздух, вода и пища. Если эту болезнь вовремя не остановить, то она приводит к ранней и мучительной смерти, – так как изменения в организме становятся необратимыми.

Миф №2

Наркомания – излечима.

Правда: (вариант ответа)

Наркомания неизлечима, иногда болезнь переходит в скрытую форму и стоит после долгого лечения хоть раз попробовать наркотик, как болезнь вспыхивает снова, приобретая более тяжелые формы. Поэтому считается, что наркоман, даже длительное время воздержавшийся от употребления наркотиков, является хронически больным.

Миф № 3

Наркотиками могут поделиться просто так, по доброте душевной.

Правда: (вариант ответа)

Есть такая поговорка: «Бесплатный сыр бывает только в мышеловке». Наркотики сначала предлагают бесплатно, человек приывает, и тогда с него начинают требовать деньги.

Организму с каждым разом требуется все больше наркотика и денег, соответственно, тоже. И вот уже для того, чтобы каждый день иметь свою дозу, наркоман начинает приучать к наркотикам своих знакомых.

Миф №4

Нюхать клей, глотать таблетки – это баловство, оно не имеет отношения к наркомании.

Правда: (вариант ответа)

Это называется токсикоманией. Токсико – то есть токсичные вещества. Вторая часть слова – мания – означает, что употребление этих веществ вызывает привыкание и зависимость, таким образом, токсикомания является разновидностью наркомании

Миф №5

При употреблении наркотика ощущения настолько приятны и необычны, что стоит ради этого рискнуть.

Правда: (вариант ответа)

Эйфорическое состояние, ради которого человек начинает принимать наркотики, длится от 3 до 5 минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождается бредом и кошмарными галлюцинациями. Часто наркотик вызывает у начинающих тошноту и рвоту, резкую сухость во рту и сердцебиение. Иногда вместо удовольствия наступает состояния страха – так называемая наркоманами «измена». Без наркотика больной испытывает ужасное состояние – «ломку».

Миф №6

По внешнему виду и образу жизни наркоманы ничем не отличаются от окружающих.

Правда: (вариант ответа)

По мере привыкания к наркотикам меняется внешний вид и образ жизни наркомана. Часто появляется бессонница. У наркомана расширены зрачки, застывшее, лишенное мимики бледное лицо, дрожащие с исколотыми и воспаленными венами руки, очень сильная худоба. Кожа становится серо-желтой, дряблой, появляет-



ся ломкость ногтей и волос, наступает преждевременное старение и снижение интеллекта, вплоть до слабоумия. Меняется поведение и образ жизни наркомана, все его мысли об одном – «добыть» дозу, принять дозу.

12) Подведение итогов:

1) Вспомни слово

В течение 3 минут надо придумать и сказать слова-антонимы, связанные с проблемой наркомании – ответы студентов.

Мудрость – глупость;
свобода – зависимость;
удовольствие – боль, страдание;
здоровье – болезнь;
взлет – падение;
счастье – горе, беда;
радость – грусть, отчаяние;
богатство – нищета;
любовь – ненависть;
добро – зло;
жизнь – смерть;
самостоятельность – зависимость;
сила (воли) – безволие;
целеустремленность – бесцельность;
оптимизм – пессимизм;
смелость – трусость;
твердость – неуверенность;
искренность – хитрость;

2) Наркомания – нарушение памяти, внимания, мышления вследствие токсического поражения сосудов головного мозга наркотическим веществом.

- ☐ Слабоумие и эпилепсия.
- ☐ Гепатит В и С.
- ☐ Ослабление иммунитета.
- ☐ СПИД.
- ☐ Сепсис – заражение крови.
- ☐ Эрозия сосудов вследствие употребления суррогатных наркотиков.

- ☐ Незаживающие язвы на теле.
- ☐ Импотенция.
- ☐ Раннее старение.
- ☐ Ослабление воли.
- ☐ Выпадение волос.
- ☐ Хроническая депрессия.
- ☐ Кошмарные сны.
- ☐ Непреодолимая зависимость от наркотиков.

И всё это ты можешь получить за сомнительное удовольствие!!

Социологические показания:

- ☐ «Сомнительные» друзья.
- ☐ Проституция – большинство проституток в наше время работает «за дозу».

- ☐ Воровство. Бездомность.

3) Слово преподавателя – Этапы развития зависимости от наркотиков:

1 этап – **первые опыты.**

Подростком движет:

- ☐ любопытство;
- ☐ желание попробовать;
- ☐ неумение сказать «НЕТ».

2 этап – начинает нравиться.

Цель употребляющего:

- ☐ получить кайф;
- ☐ найти компанию.
- ☐ 3 этап – **возникают проблемы:**
- ☐ со здоровьем;
- ☐ финансовые трудности;
- ☐ конфликты с друзьями, родителями, законом.

4 этап – **употребление становится «нормой».**

Следствием является:

- ☐ постоянная потребность;
- ☐ попытки самоубийства (передозировка);
- ☐ дальнейшая продолжительность жизни не более 10 – 15 лет.

4) Что же разрушается при употреблении наркотиков:



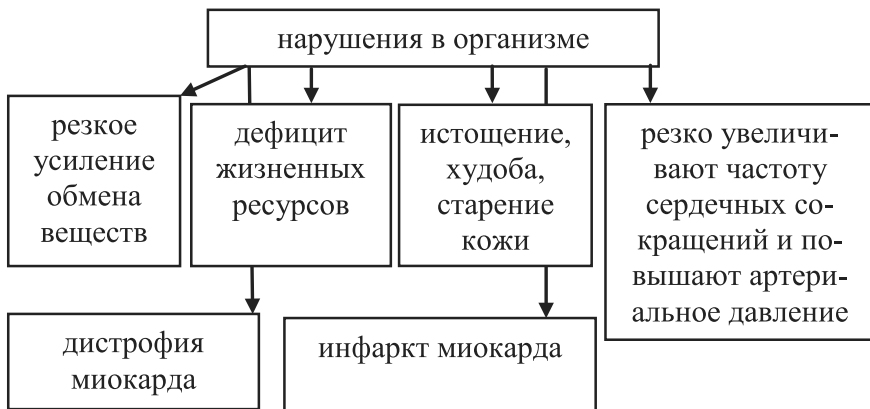
Употребление конопли



Употребление опиатных наркотиков



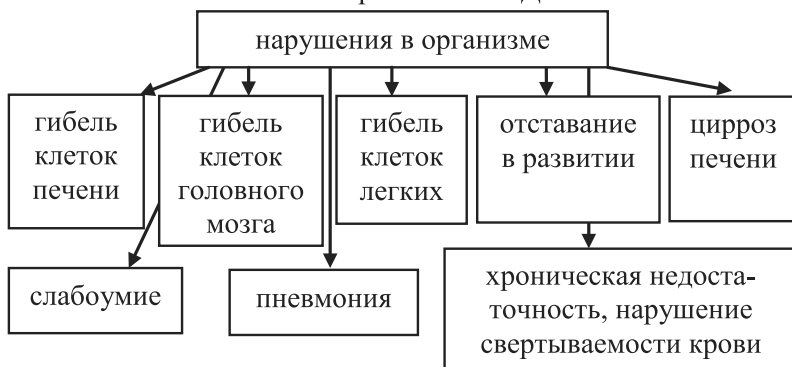
Употребление психостимуляторов



Употребление галлюциногенов



Употребление ЛНДВ



5) Наркотики вычеркивают таланты

Список музыкантов, поэтов и актеров, чьи поиски вдохновения привели к наркотикам, довольно длинный.

Одного из основателей легендарной группы «Pink Floyd» Сиды Баррета именно наркотики вынудили уйти из музыки, и свои лучшие альбомы группа записала без него, отпев при жизни своего коллегу.

Наркотики вычеркивают из списка талантов тех, кто теряет возможность творить. Так было с «битлом» Джоном Ленноном.

Мало кто знает, что поэт Александр Блок умер от передозировки кокаина.

Писатель Михаил Булгаков долгое время был морфинистом и только в конце жизни избавился от этого пристрастия.

Кумир нескольких поколений, поэт, актер Владимир Высоцкий надеялся, что наркотики помогут ему избавиться от алкогольной зависимости. Увы, позднейшие отчаянные попытки вылечиться от наркомании были безрезультатными.



Гарик Сукачев, сумевший вырваться из ада наркомании, писал: «Наверное, творческим людям наркотики действительно приносят пользу. Но платить за это приходится в десять раз дороже. Человек превращается в развалину. Плата только одна - жизнь. Вот и все. Некоторые уходят совсем рано».

6) Давайте попробуем написать (устно) письмо другу на тему «Что бы ты сказал своему другу, если бы узнал, что он употребляет наркотики?»

7) А теперь ответим на такой вопрос.

Что отнимают у человека наркотики? Записано слово наркотики. Обучающиеся предлагают свои варианты.

Н – независимость

А – активность

Р – работоспособность

К – красоту

О – обаяние

Т – творчество

И – искренность

К – коммуникабельность

И – интеллект

Задумайтесь. Нужно ли вам это?

9) Наркотики вычеркнул тебя из жизни: **Помни!**

Наркомания – самое страшное зло.

У наркомана нет будущего.

В своей беде он одинок.

Ближних людей он обрекает на боль и страдания из-за него.

10) И в заключении хотелось бы, чтобы вы оставили свои стикеры в той части ватмановского листа, которая Вам ближе.

ЗА	ПРОТИВ

ЗАНЯТИЕ-ТРЕНИНГ «МОЙ ВЫБОР»

Данное занятие рассчитано на студентов первых курсов колледжа в рамках адаптационного периода обучающихся при поступлении в образовательное учреждение. В представленном ниже занятии в содержательном и технологическом плане, наши усилия были направлены на осознание подростками ценности своей жизни и здоровья, формирование представлений о здоровом образе жизни. Знакомя подростков с такими понятиями, как «здоровье», «здоровый образ жизни» мы не только пытаемся расширить их словарный запас и кругозор, но и хотим, чтобы выполняя конкретные упражнения, они почувствовали и осознали значимость данных понятий, их важность и значение для каждого человека.

Мероприятие интересно по форме проведения, так как все студенты становятся активными его участниками, высказывают свою точку зрения на проблему, ищут пути решения в игровой форме.

Цель: пропагандировать здоровый образ жизни, формировать ценностное отношение к собственному здоровью.

Задачи:

1. Расширить знания подростков о здоровье и здоровом образе жизни;
2. Показать значимость здоровья для каждого обучающегося в целом;
3. Развивать сознательное отношение к своему здоровью – как норме поведения.

Время: 1 – 1,5 часа

Оборудование: бейджи трех цветов; «Стена вредных привычек»; стикеры: карточки на виды здоровья, ватманы, маркеры, цветные карандаши (для каждой группы), презентация, притча «Все в твоих руках», анкета обратной связи.

Целевая аудитория: студенты первых курсов

Ход тренинга

Перед началом тренинга участникам предлагается выбрать бейджи понравившегося цвета и занять место за соответствующим столом. Таким образом, формируются три рабочие группы за зеле-



ным, желтым и красным столами.

I. ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Модератор: Я рада приветствовать вас на занятии-тренинге, который позволит нам пообщаться. Но сначала мы познакомимся. Каждый, по очереди называет свое имя и прилагательное о своем качестве на эту же букву (например: Я-Татьяна-тихая), следующий – повторяет имя предыдущего с прилагательным и потом свое имя с прилагательным на букву своего имени).

А теперь: Пожалуйста, разделитесь на три группы по цвету бейджиков (желтые за желтый стол, зеленые за зеленый, красные за красный)

II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Упражнение «Ассоциации»

Модератор: Что такое здоровье? У каждого из вас при упоминании о здоровье возникают свои ассоциации. И так, здоровье для вас – это...

Тема занятия «Мой выбор!» *слайд №1*

слайд №2

Эпиграф

Здоровье – это не подарок, который человек получает один раз и на всю жизнь, а результат сознательного поведения каждого человека

(П.Фосс – немецкий профессор)

Модератор: Существует более 200 определений, что такое здоровье... слайд №3

В соответствии с Уставом Всемирной Организации Здравоохранения под здоровьем понимается «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Работа в группах с карточками (изучить что такое физическое здоровье и его критерии, психическое и его критерии, социальное - и его критерии)

слайд №4

1 группа Физическое здоровье связано с работой нашего организма, нам важно знать, как должен работать наш организм. Прежде всего, у человека должно быть здоровое тело, правильное,

красивое телосложение, достаточный вес, рост относительный своего возраста.

Человек должен иметь хорошую физическую подготовку, а это крепкую мышечную силу в руках и ногах, хорошо переносить физические нагрузки, при этом не чувствовать сильной усталости, не падать в обморок. Безусловно, здоровый человек редко болеет простудными и другими заболеваниями, т. е. имеет хорошую защитную функцию против вирусов, микробов.

Так к числу основных факторов, влияющих на физическое здоровье, относятся: система питания, дыхания, физических нагрузок, закаливания, гигиенические процедуры.

А теперь рассмотрим, что же такое социальное здоровье?

слайд №5

2 группа. Под психическим здоровьем мы понимаем наши чувства, т.е. настроение (хорошее, веселое либо грустное, плохое), чувство радости, дружбы, любви, взаимопонимания, взаимоуважения, и так далее, но есть такие чувства, как страх, угнетение, унижение, обида, боль. И в зависимости от того какие у нас преобладают чувства, таким будет наше эмоциональное здоровье.

Важным для комфортного положительного состояния организма является приобретение хороших друзей, любимого человека, наличие полной семьи (мамы и папы). Очень важно, чтобы человека понимали в его окружении, чтобы он сам понимал других, чтобы он умел не только высказывать свои претензии к окружающим, но и уступать другим, не создавать конфликтные ситуации.

На психическое здоровье в первую очередь воздействуют система отношений человека к себе, другим людям, жизни в целом; его жизненные цели и ценности, личностные особенности.

слайд №6

3 группа Социальное здоровье человека – это не что иное, как его социальная активность, поведение в обществе, личное отношение к миру. То есть здесь мы можем рассматривать те качества личности, которые будут обеспечивать гармонию между потребностями данного человека и общества в целом.

Очень важно, чтобы человек стремился к самореализации и постоянному личностному развитию. Некоторые, например, нахо-



дят способ самореализации в своей учебе или карьере, другие – в семье и детях.

Таким образом, социальное здоровье означает способность к общению с другими людьми в условиях окружающей социальной среды и наличие личностных взаимоотношений, приносящих удовлетворение.

Социальное здоровье личности зависит от соответствия личностного и профессионального самоопределения, удовлетворенности семейным и социальным статусом, гибкости жизненных стратегий и их соответствия социокультурной ситуации (экономическим, социальным и психологическим условиям).

Вывод: итак, ребята, мы с вами рассмотрели три основных аспекта здоровья, которые составляют основу ЗОЖ.

Что такое здоровый образ жизни? *слайд №7*

Упражнение «Что формирует здоровье?»

Цель: определение особенностей поведения и образа жизни как важнейших факторов, влияющих на здоровье человека.

Какие существуют факторы влияния на здоровье человека? Предложения записывают на стикерах. После того, как все предложения записаны, модератор предлагает объединить похожие факторы, выделить существенные: наследственность, медицина, окружающая среда, образ жизни человека. Научные исследования дают нам такие результаты по значимости влияния тех или иных факторов на здоровье человека:

- наследственность – 20%;
- уровень медицинского обеспечения – 10%;
- экология – 20%;
- образ жизни – 50%.

Модератор: Хотя существует несколько важных факторов, влияющих на развитие и сохранение здоровья, поведение человека, его образ жизни является решающим в сохранении здоровья.

Модератор: Чем здоровый человек отличается от нездорового? (Ответы участников)

- Слова для характеристики здорового человека: красивый, ловкий, статный, крепкий, стройный, сильный, румяный, подтянутый.

- Давайте попробуем изобразить здорового человека и объяснить, почему изобразили этого человека именно так.

Упражнение «Модель здорового человека»

(плакаты-1/2 ватмана с изображением контура человека)

Упражнение «Пути здорового образа жизни»

Цель: формирование понимания участниками сути здорового образа жизни, того, в каких действиях и поведении оно проявляется. Ведущий дает определение ЗОЖ.

Здоровый образ жизни – это такая жизнедеятельность человека, которая способствует сохранению и укреплению его здоровья.

Участники объединяются в три подгруппы, каждая из которых получает задание: на рулоне бумаги создать «Путь здорового образа жизни».

Важно обратить внимание и помочь участникам сформулировать их позиции по сохранению развития здоровья. Отвечать на вопрос: «Что делать, как действовать?».

Участники по группам создают модели здорового человека (выходят и защищают свои проекты)

Модератор: Как вы думаете, какой человек, здоровый или нездоровый, чувствует себя комфортно? *(Ответы участников)* Человек, ведущий здоровый образ жизни чувствует себя гораздо лучше.

Упражнение «Верю-не верю»

Теперь поиграем в игру «Верю - не верю»

1. Согласны ли вы, что зарядка – это источник бодрости и здоровья? (да)

2. Верно ли, что жвачка сохраняет зубы? (нет)

3. Верно ли, что морковь замедляет процесс старения организма? (да)

4. Правда ли, что есть безвредные наркотики? (нет)

5. Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год? (нет)

6. Чтобы сохранить зубы здоровыми, нужно чистить их два раза в день. (да)

7. Правда ли, что способствует закаливанию в жаркий день пить ледяную воду? (нет)

Упражнение «Я - забота о здоровье» (анкета индивидуально)
оценить себя по 5 бальной системе

Вывод: Кто может с уверенностью сказать о себе «Я веду здоровый образ жизни...»

Упражнение «Стена вредных привычек»

Что мешает нам вести здоровый образ жизни? *(Ответы участников)* На каждом шагу человека подстерегают опасности: курение, алкоголизм, наркомания, которые из невинного развлечения, могут превратиться в привычку. А что же такое привычка? *(Ответы участников)*

Привычка – это поведение, образ действий, ставшие обычными, постоянными. Давайте подумаем, какие вредные привычки могут подорвать здоровье человека. У вас есть стикеры-кирпичики, запишите на них эти привычки.

Участники записывают вредные привычки на стикерах-кирпичиках и размещают их на стене вредных привычек, расположенной между моделями здорового и нездорового человека

На пути человека стоит стена из вредных привычек, и только от него зависит, обойдет он ее или нет. А впоследствии и состояние его здоровья.

Модератор: Для чего так важно человеку быть здоровым?
слайд №8

III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Упражнение «Ваше здоровье в ваших руках» *(притча)*

В одном селении жили два умных человека, один был добр и справедлив, и его уважали, к нему шли за советом и разрешением конфликтов, другой был хитер, зол и расчетлив, люди, несмотря на его ум, не шли к нему за помощью. Злобный старец решил всем доказать несовершенство доброго мудреца таким способом: он поймал бабочку, собрал жителей, позвал мудреца и спросил что он сам держит в руках. Добрый старец ответил – бабочку. «Живая она или мертвая?» – был следующий вопрос. И старец ответил: «Сейчас все зависит только от тебя: захочешь, распахнешь ладони, и она живая полетит, а захочешь, сожмешь, и она умрет. Все в твоих руках!»

Модератор: Ваша жизнь и ваше здоровье в ваших руках. Пе-

дагоги, врачи, родители могут повлиять, помочь информацией, но решение принимать вам. И я надеюсь, что оно будет правильным. Просто хочется, чтобы вы понимали, как здорово, быть свободным и здоровым. Каждый отвечает за себя сам, помня, что здоровье и тело у него одно-единственное и другого не будет. Вы уже в том возрасте, когда способны думать о том, как жить сегодня, чтобы иметь шанс увидеть завтра.

Здоровье, если к нему не относится, бережно оно не будет прежним. Здоровье, ни вернуть не за какие деньги.

На столах у каждого листы с обратной связью.

Модератор: Мы сегодня с вами поговорили о том, что такое здоровье, для чего необходимо вести здоровый образ жизни, какие привычки являются полезными, а какие вредными.

Следует отметить, что вначале о вашей жизни и о вашем здоровье заботились родители, а сейчас каждый из вас сам должен задуматься, как не навредить своему здоровью, как вести здоровый образ жизни.

В заключение нашей встречи позвольте мне напомнить широко известную фразу А.П. Чехова из пьесы «Дядя Ваня».

«В человеке должно быть всё прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли».

Я желаю вам вести здоровый образ жизни, и тогда в вашем «Доме мечты» поселятся и любовь, и дружба, и здоровье, и богатство, и слава и семья!

Упражнение «Пожелание»

Скажем друг другу слова-пожелания. Пожелание должно быть коротким.

Всем спасибо за работу!

Литература:

1. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. СПб.: Речь, 2008
2. Сборник методических материалов для организации работы педагогов-психологов колледжей. – Ч. 2. – М.: ГБОУ УМЦ ПО ДОГМ, 2013
3. Сценарий тренинга «Пропанганда ЗОЖ». Тренеры – Грачева Н. В., Ешмейкина И. А.

Приложение № 8

ПРОЕКТ «МЫ ВЫБИРАЕМ ЗОЖ»



Приобрести здоровье – храбрость,
сохранить его – мудрость,
а умело распорядиться им – искусство.

Франсуа Волетер.

Данный социальный проект создан с намерением изменить существующее отношение к своему здоровью среди студентов КГА ПОУ «Губернаторский авиастроительный колледж г. Комсомольска-на-Амуре (Межрегиональный центр компетенций)» через пропаганду ЗОЖ в подростковой среде, возможность практически повлиять, силами самих студентов, на осознанный выбор в пользу здорового образа жизни, жизненные установки и ценностные ориентиры молодежи в целом. Создание и развитие волонтерского движения, проводящего работу по профилактике употребления ПАВ, позволит повысить социальную активность подростков и молодёжи в решении проблемы формирования ЗОЖ общества. Организация мероприятий, в рамках Проекта, будет способствовать ориентации на здоровый и безопасный образ жизни, формировать и развивать у студентов личностные ресурсы, стратегии и навыки поведения, ведущие к здоровью и препятствующих употреблению ПАВ.

Цель проекта:

Пропаганда, реклама ЗОЖ и занятий спортом.

Формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение здоровья школьников через организацию комплекса творческих, спортивных и познавательных мероприятий, призванных показать, как здорово, престижно и интересно вести здоровый образ жизни

Задачи проекта:

- Показать преимущества ЗОЖ на личном примере.

- Создавать условия для формирования осознанного отношения студентов к своему здоровью;
- Оказывать помощь в воспитании активной жизненной позиции;
- Способствовать популяризации волонтерства
- Участвовать в работе по профилактике асоциального поведения;
- Продвигать идеи волонтерского движения

Содержание проекта

№ п/п	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Валеоустановки студентов (Приложение № 1)	Волонтеры колледжа
2.	Анкетирование по питанию (Приложение № 2)	Волонтеры колледжа
3.	Флэшмоб «Здоровое поколение»	Педагог доп.образования
4.	Встреча с врачом наркологом	Зам.директора по ВР
5.	Дискуссионный клуб «Не отнимай у себя завтра»	Воспитатель общежития, волонтеры колледжа
6.	Конкурс по на лучший мотиватор «В здоровом теле – здоровый дух»	Волонтеры колледжа
7.	Тренинг психолога «Скажи «нет» вредным привычкам»	Педагог-психолог колледжа
8.	Беседа инспектора по делам несовершеннолетних «Законодательство для несовершеннолетних»	инспектор по делам несовершеннолетних
9.	Классные часы: «Мой выбор – ЗОЖ»	Классные руководители
10.	Конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни»	Волонтеры колледжа
11.	Спортивные соревнования	Руководитель физ.воспитания

Критерии эффективности

Основным методом оценки результата деятельности в процессе осуществления проекта будет выступать критерий сформированности у студентов правильного понимания ЗОЖ.

Основными показателями такого критерия будут служить:

- активизация познавательной деятельности студентов колледжа;
- информированность по теме проекта
- активный образ жизни (занятия спортом и творчеством, посещение кружков по интересам, спортивных секций)

Предполагаемые методы регистрации показателей: наблюдение и анкетирование студентов на разных этапах реализации проекта, анализ результатов

Ожидаемые результаты проекта

- Формирование положительного социально-значимого имиджа волонтерского движения «ПОЛЁТ».
- Снижение факторов риска употребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях на 10-15%.
- Вовлечение большого числа студентов в активную общественную жизнь по пропаганде ЗОЖ. Уменьшение количества обучающихся группы риска употребления ПАВ на 5-10%.
- Расширение информационного пространства о навыках ведения ЗОЖ и овладение умением аргументировано отстаивать свою позицию, формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ, курению, алкоголизму.
- Увеличение числа публикаций и выступлений по пропаганде ЗОЖ.
- Участие в акциях, спортивно-массовых мероприятиях, направленных на формирование навыков ЗОЖ.
- Увеличение количества обучающихся с положительной мотивацией к здоровому образу жизни на 15-20%.
- Повышение уровня здоровьесформирующей компетентности волонтеров по вопросам организации и проведения профилактической работы на 20-30%.

АНКЕТА

«Валеоустановки студентов КГА ПОУ ГАСКК (МЦК)»

1. Как Вы можете оценить уровень своего здоровья?

- ☐ хорошее
- ☐ скорее хорошее, чем плохое
- ☐ скорее плохое, чем хорошее
- ☐ плохое
- ☐ затрудняюсь ответить

2. Отметьте, что более всего типично для Вас в отношении собственного здоровья.

- ☐ стремлюсь поддерживать свое здоровье постоянно
- ☐ обращаю внимание на здоровье только в ситуации болезни
- ☐ вынужден, это необходимо по медицинским показателям
- ☐ затрудняюсь ответить

3. Оцените, какое влияние на состояние здоровья человека оказывает каждый фактор, если в сумме они составляют 100%.

- ☐ образ жизни _____ %
- ☐ состояние окружающей среды _____ %
- ☐ наследственность _____ %
- ☐ уровень развития общества и системы здравоохранения _____ %

4. С каким из утверждений Вы согласны более всего?

- ☐ здоровье – это приоритетная ценность
- ☐ здоровье значимо наряду с такими ценностями, как семья, самореализация

- ☐ есть более значимые жизненные ценности, чем здоровье
- ☐ затрудняюсь ответить

5. Выразите свое отношение к следующему утверждению: «Человек в состоянии изменить свое здоровье к лучшему»

- ☐ согласен
- ☐ скорее согласен
- ☐ скорее не согласен
- ☐ не согласен
- ☐ затрудняюсь ответить

6. Какие здоровьесберегающие технологии Вы используете в своей повседневной практике (выбрать не более 3-х вариантов)?



- ☐ исключение вредных привычек
- ☐ физическая активность (зарядка, прогулки, посещение занятий по физкультуре, посещение спортивных секций колледжа)
- ☐ профилактические медицинские процедуры (прием витаминов)
- ☐ полноценный сон и отдых
- ☐ правильное питание
- ☐ оздоровительные процедуры (закаливание, баня, плавание

т.д.)

7. С чем более всего Вы связываете понятие «ЗОЖ?»

- ☐ С занятием спортом, физической культурой
- ☐ С отсутствием вредных привычек
- ☐ С правильным питанием
- ☐ С регулярным консультированием у врачей

8. Какие факторы более всего способствуют ведению ЗОЖ?

- ☐ Отсутствие проблем со здоровьем
- ☐ Занятие в спортивных секциях
- ☐ Желание быть сильным, красивым, молодым
- ☐ Пример друзей
- ☐ Реклама ЗОЖ в СМИ
- ☐ Советы врачей

9. Какие факторы более всего осложняют ведение ЗОЖ?

- ☐ Усталость от учебных занятий
- ☐ Трудно себя заставить, лень
- ☐ Не хватает времени
- ☐ Сложно выдержать регулярный, постоянный режим
- ☐ Не хватает денег на оздоровительные мероприятия

10. Что, по Вашему мнению, необходимо сделать, чтобы человек начал вести ЗОЖ?

- ☐ Обучать ЗОЖ в колледже
- ☐ Обучать ЗОЖ в семье
- ☐ Улучшение материального положения
- ☐ Свой ответ _____

11. Каких людей больше?

- ☐ Ведущих ЗОЖ
- ☐ Не ведущих ЗОЖ

- ☐ Имеющих вредные привычки
- 12. Способствует ли Ваша работа, учеба ведению ЗОЖ?
 - ☐ Да
 - ☐ Нет
 - ☐ Затрудняюсь ответить
- 13. Кто более придерживается принципов ЗОЖ?
 - ☐ Представители мужского пола
 - ☐ Представители женского пола
 - ☐ Трудно ли придерживаться ЗОЖ?
 - ☐ Да
 - ☐ Нет
 - ☐ Затрудняюсь ответить

Спасибо за ответы!

АНКЕТА № 2

Дорогие ребята!

Здоровый образ жизни – это не только зарядка, закаливание, занятия спортом, а ещё питание, потому что «мы – это то, что мы едим». Клетки нашего организма обеспечиваются энергией и образуются из питательных веществ, полученных с пищей. Если пища содержит все органические и минеральные вещества, необходимые организму, то человек будет здоров. Как питаетесь Вы? Попробуйте узнать о себе больше, выполнив задания анкеты. Отвечайте на вопросы теста индивидуально.

Внимательно прочитав каждый вопрос, выберите один из трёх (двух) ответов, который характерен для Вас.

Номера выбранных ответов сложите и получите набранное количество баллов.



1. Сколько раз в день Вы едите?

- ☐ 1. 3-5 раз
- ☐ 2. 1-2 раза
- ☐ 3. 7-8 раз, сколько захочу.

2. Завтракаете ли Вы дома перед уходом в школу?

- ☐ 1. да, каждый день
- ☐ 2. иногда не успеваю
- ☐ 3. не завтракаю.

3. Что Вы выберете из ассортимента в буфете для быстрого завтрака на перемене?

- ☐ 1. булочку с компотом,
- ☐ 2. сосиску, запеченную в тесте,
- ☐ 3. кириешки или чипсы

4. Едите ли Вы на ночь?

- ☐ 1. стакан кефира или молока,
- ☐ 2. молочную кашу или чай с печеньем (бутербродом),
- ☐ 3. мясо (колбасу) с гарниром.

5. Употребляете ли Вы в пищу свежие овощи?

- ☐ 1. всегда, постоянно,
- ☐ 2. редко, во вкусных салатах,
- ☐ 3. не употребляю.

6. Как часто на вашем столе бывают фрукты?

- ☐ 1. каждый день,
- ☐ 2. 2 – 3 раза в неделю,
- ☐ 3. редко.

7. *Употребляете ли Вы в пищу лук, чеснок, петрушку, укроп?*

- ☐ 1. всё употребляю ежедневно в небольшом количестве,
- ☐ 2. ем иногда, когда заставляют,
- ☐ 3. лук и чеснок не ем никогда.

8. *Употребляете ли в пищу молочные и кисломолочные продукты?*

- ☐ 1. ежедневно,
- ☐ 2. 1- 2 раза в неделю,
- ☐ 3. не употребляю.

9. *Какой хлеб предпочитаете?*

- ☐ 1. хлеб ржаной или с отрубями,
- ☐ 2. серый хлеб,
- ☐ 3. хлебобулочные изделия из муки в/с.

10. *Рыбные блюда в рацион входят:*

- ☐ 1. 2 и более раз в неделю,
- ☐ 2. 1-2 раза в месяц,
- ☐ 3. не употребляю.

11. *Какие напитки вы предпочитаете?*

- ☐ 1. сок, компот, кисель;
- ☐ 2. чай, кофе;
- ☐ 3. газированные.

12. *В вашем рационе гарниры бывают:*

- ☐ 1. из разных круп,
- ☐ 2. в основном картофельное пюре,
- ☐ 3. макаронные изделия.



13. Любите ли сладости?

- ☐ 1. все лакомства являются «носителями пустых калорий», поэтому употребляю их умеренно,
- ☐ 2. пирожные, печенье, мороженое употребляю часто,
- ☐ 3. могу сразу съесть 0,5 кг конфет.

14. Отдаёте чаще предпочтение:

- ☐ 1. постной, варёной или паровой пище,
- ☐ 2. жареной и жирной пище,
- ☐ 3. маринованной, копчёной.

15. Отличается ли ваш рацион в течение недели разнообразием блюд?

- ☐ 1. да,
- ☐ 2. нет.

Проанализировать своё питание Вы можете следующим образом: сложите свои результаты по итогам теста и соотнесите с критериями.

Если Вы набрали **от 15 до 21 баллов**, Вы сознательно относитесь к собственному здоровью, потому что организм получает разнообразные питательные компоненты с сохранившимися в них биоактивными веществами. А это важно для полноценной любой деятельности. И с режимом у Вас всё в порядке! Вы молодцы!

Если Вы набрали **от 22 до 28 баллов**, полноценным ваше питание назвать нельзя по нескольким причинам, но если Вы прислушаетесь к рекомендациям, то ваш рацион пополнится другими нужными для организма веществами.

29 – 44 балла. Вам нужно задуматься о своём питании, как о режиме, так и о рационе. Чем быстрее Вы этим займётесь, тем меньше проблем с излишним весом, нервными заболеваниями, заболеваниями желудочно-кишечного тракта, различными кожными высыпаниями у Вас возникнет!

Номинация:

**Лучшая методическая разработка
по профилактике и формированию навыков
здорового образа жизни обучающихся, проживающих
в общежитии**

**Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Вяземский лесхоз-техникум им. Н.В. Усенко»**

**Профилактика и формирование навыков здорового образа
жизни обучающихся 1-4 курсов, проживающих в общежитии
КГБ ПОУ ВЛХТ**

Автор работы: Шагарова Светлана Михайловна, воспитатель
общежития.

Пояснительная записка

Целевая группа обучающихся: подростки от 15 до 18 лет:

- дети-сироты
- дети, оставшиеся без попечения родителей
- воспитанники, состоящие на учёте в ПДН по г. Вяземский
- обучающиеся, состоящие на внутреннем учёте в техникуме
- дети из малообеспеченных, неполных и многодетных семей.

Обоснование социальной значимости работы:

Данная программа разработана и апробирована в течение 3 лет, воспитателем общежития образовательного учреждения и является неотъемлемой частью долгосрочной целевой программы «По профилактике и формированию навыков ЗОЖ обучающихся, проживающих в общежитии», соответствующий концепции формирования здорового образа жизни и профилактике инфекционных заболеваний и травматизма.

На сегодняшней день можно говорить о хороших результатах программы, проследить участие в конкурсах, акциях, студентов,

проживающих в общежитии, на муниципальном и краевом уровнях. Проблема воспитанников заключается в педагогической запущенности, отсутствии элементарных навыков гигиены, ЗОЖ, раскрытии творческих способностей.

Решить данную проблему в рамках учреждения возможно только на основе комплексного подхода, ориентированного на сохранение и приумножение здоровья обучающихся. Важно, чтобы в итоге такого воздействия у личности сформировалась ответственность за свое здоровье и здоровье других людей.

Общие положения Программы

Проблемы, обусловившие необходимость разработки Программы по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся студентов, проживающих в общежитии:

- Ухудшение экологии, убыстряющийся темп жизни – основные факторы, влияющие на здоровье обучающихся.
- Расширение функциональных обязанностей, специфика работы в учебном учреждении, стрессовые ситуации, сказывающиеся на психологическом здоровье обучающихся.
- Наличие заболеваний с наследственной предрасположенностью у обучающихся.
- Рост употребления алкоголя, токсических и наркотических веществ в обществе.
- Недостаток знаний о рациональном и правильном питании, о последствиях табакокурения.

Статистические данные ежегодных медицинских профилактических осмотров, показывают, что у студентов, проживающих в общежитии, наиболее часто диагностируются заболевания органов зрения, органов пищеварения, костно-мышечной системы, болезни системы кровообращения, в том числе гипертоническая болезнь, отклонения в сердечно-сосудистой и нервной системе.

Причинами вышеназванных заболеваний являются не только наследственная предрасположенность, но и отсутствие увлеченности физкультурой и спортом, специфика условий и характера деятельности, несоблюдение режима питания, активного отдыха

и другие.

Цель программы: определение и оптимизация путей и условий для улучшения здоровья обучающихся, расширение здоровьесберегающего пространства, развитие и внедрение здоровьесберегающих технологий в деятельность учреждения.

Задачи программы:

1. Создание условий для охраны здоровья и полноценного питания обучающихся.
2. Формирование ценностного отношения к состоянию своего здоровья.
3. Разработка и проведение мероприятий по здоровьесберегающей деятельностью образовательного учреждения с использованием современных информационных технологий.
4. Обновление материально-технического состояния спортивной базы учреждения.
5. Систематическое проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек обучающихся.

Основные принципы реализации Программы

Реализация Программы рассчитана на период 2017-2020 гг.

Участники: студенты, проживающие в общежитии.

Ряд направлений и мероприятий здоровьесохранной деятельности реализуется в рамках интеграции с учреждениями здравоохранения, социальной защиты населения Вяземского муниципального района Хабаровского края и реабилитационным центром для несовершеннолетних.

Наиболее актуальными являются меры по коррекции факторов риска, связанных с образом жизни, и обуславливающих высокую смертность от сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний и внешних причин (травмы, несчастные случаи, отравления).

С этой целью необходимо:

- Повышение физической активности, повышение доступности занятий физической культурой, спортом и туризмом для студентов.
- Снижение потребления алкоголя.



- Снижение распространенности курения.
- Улучшение структуры и качества питания.
- Профилактика употребления наркотиков и психотропных веществ.
- Обеспечение безопасных условий труда, снижение травматизма.
- Профилактика дорожно-транспортного травматизма.
- Повышение доступности и качества оказания медицинской помощи.

Основные направления деятельности в рамках данной Программы и перечень мероприятий по их реализации:

I. Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья студентов, проживающих в общежитии

- Создание комиссии, по контролю состояния здоровья студентов (ведение протоколов собрания).
- Систематическое анкетирование студентов, проживающих в общежитии, с целью выявления и оценки распространённости факторов риска различных заболеваний и вредных привычек, анализ полученных данных. (Приложение 2)
- Разработка и коррекция системы профилактических мероприятий (Приложение 3).

Комплексные оздоровительные мероприятия

- Рекомендации и создание условий для оздоровления студентов проживающих в общежитии. (Приложение 4).
- Разработка и внедрение инновационных профилактических и оздоровительных методов. (Приложение 5).
- Систематическая реализация комплекса оздоровительных мероприятий в условиях многофункциональной спортивной площадки, тренажёрного зала учреждения.

Мероприятия по формированию ЗОЖ и отказу от вредных привычек, физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа

- Организация и проведение регулярных (4-6 раз в год) Дней

здоровья.

- Ежегодное участие в Спартакиадах учреждений.
- Система тренировок футбольной, волейбольной, баскетбольной команд студентов в условиях многофункциональной площадки учреждения.
- Размещение методических материалов по формированию здорового образа жизни в общежитии.
- Реализация комплекса тренинговых мероприятий по повышению стрессоустойчивости, созданию благоприятного микроклимата в общежитии психологической службой МБУ «Молодёжный центр Вяземского района».
- Участие в проведении антинаркотического месячника «Знать, чтобы жить!» на территории Вяземского района.
- Расширение перечня и увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий.
- Популяризация различных видов спорта, пропаганда здорового образа жизни. (Приложение 7)

Профилактика социально значимых заболеваний

- Осуществление профилактических мероприятий по профилактике алкоголизма, табакокурения и социально значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, туберкулёз, гепатит) с привлечением специалистов КГБУЗ «Вяземская поликлиника», ПДН, педагога-психолога КГУ «Вяземский СРЦ».
- Систематическая профилактическая вакцинация студентов, проживающих в общежитии, против распространённых инфекционных заболеваний (вирусный гепатит В, сезонный грипп, грипп H1N1, клещевой энцефалит, краснуха, дифтерия и др.).
- Мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек. (Приложение 4)

V. Формирование мотивации здорового питания

- Проведение анкетирования студентов проживающих в общежитии по здоровому питанию.
- Выпуск газеты «Здоровое питание».
- Проведение бесед для студентов, проживающих в общежитии, по вопросам здорового питания.
- Привлечение в участии кружковой работы в общежитии. (Приложение 5)



Приложение 2

Анкета

- 1) *Как Вы относитесь к здоровому образу жизни?*
 - А) это здорово
 - Б) можно обойтись и без него
 - В) не могу ответить
- 2) *Ведете ли Вы здоровый образ жизни?*
 - А) да
 - Б) нет, но стремлюсь
 - В) хотелось бы, но нет возможности
 - Г) жизнь коротка чтобы думать об этом
- 3) *Делаете ли Вы зарядку?*
 - А) да
 - Б) нет
- 4) *Хотели бы Вы делать зарядку?*
 - А) да
 - Б) нет
- 5) *Хотели бы Вы, чтобы в нашем обществе проходили массовые зарядки?*
 - А) да
 - Б) нет
- 6) *В какое время вы могли бы посещать массовые зарядки?*
 - А) 7
 - Б) 8
 - В) 9
- 7) *Готовы ли вы участвовать в массовых пробежках?*
 - А) да
 - Б) нет
- 8) *В какое время вы могли бы посещать массовые пробежки?*
 - А) утром
 - Б) вечером
- 9) *Занимаетесь ли вы спортом, активным отдыхом?*
 - А) да
 - Б) если есть такая возможность
 - В) меня это не привлекает
 - Г) хожу в спортзал (посещаю спортивную секцию)

**Памятка студента,
проживающего в общежитии КГБПОУ ВЛХТ**

За нарушение проживающими правил внутреннего распорядка следующие взыскания:

- а) замечание;
- б) выговор;
- в) выселение из общежития;
- г) отчисление из техникума с расторжением договора - найма на проживание в общежитие (п.2 ч.105 жилищного кодекса РФ)

Примечание: по п.п. а, б, за нарушение правил внутреннего распорядка студенты могут быть привлечены в добровольном порядке к выполнению общественно – полезных работ в общежитии и на прилегающих территориях.

Проживающие могут быть выселены из общежития в случае:

- использования жилого помещения не по назначению
- разрушения или повреждения жилого помещения проживающими или другими гражданами, за действие которых они отвечают;
- отказа проживающих от регистрации по месту пребывания;
- систематического нарушения проживающими прав законных интересов соседей (громкая музыка), которые делают невозможным совместное проживание в одном помещении;
- не внесения проживающими платы за жилое помещение в течение трех месяцев;
- отсутствия проживающих в общежитии без письменного предупреждения более двух месяцев;
- появления и нахождения в общежитии в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- распространения, хранения наркотических средств;
- хранения в общежитии взрывчатых, химически опасных средств или оружия;
- проживания в комнате посторонних лиц, включая проживаю-



щий в других комнатах общежития;

- проникновения в общежитие через окно;
- грубости по отношению к персоналу общежития и членам

студенческого совета;

- распития спиртных и спиртосодержащих напитков;
- курения в общежитии;
- появления после 23.00 ч. в общежитии;
- за аморальное поведение в общежитии;
- в иных случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации (УК, ЖК ТК и АПК)

Проживающие в общежитии восстанавливают за свой счет:

- порчу замка;
- утерю ключа;
- разрушение или повреждение жилого помещения

Приложение 4

Предупредить – значит спасти!

Новая опасность подстерегает наших детей! Будьте внимательны: в последние годы в Россию идет непрекращающийся поток новых так называемых дизайнерских наркотиков (спайсы и соли, курительные смеси). Они расходятся по стране почтовыми отправлениями, а непосредственная торговля ведется через сеть Интернет. Объявления об их продаже легко можно найти на стенах зданий, возле образовательных учреждений. Как правило, подросток заходит на сайты, торгующие наркотиками, набирая в поисковике несколько ключевых слов, получает контакт, списывается через скайп или аську, делает заказ, ему тут же сообщают номер счета, он оплачивает через терминалы, и ему сообщают, где забрать спрятанные наркотики. Те же самые действия можно осуществлять в любой социальной сети. Для подростков это все – интересная игра.

Продавцы активно муссируют мнение, что курительные смеси относятся к категории так называемых легких наркотиков, которые можно употреблять с друзьями во время отдыха. При этом заявляется, что они не вызывают привыкания и абсолютно безопасны для здоровья.



Врачи предупреждают: эти наркотики чрезвычайно опасны, так как доступны, просты в употреблении, и действуют в первую очередь на психику. Уважаемые родители! Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас. Запомните – наркотики не выбирают, сын учительницы или дочь генерала.

СПАЙСЫ

Сам порошок похож на обычную соду. Его разводят разными способами, и наносят (опрыскивают) на основу, которой может служить обычная аптечная трава. Иногда для вязкости перемешивают в миксере с черносливом или табаком для кальянов. Но молодые потребители, как правило, берут готовый наркотик. Самый распространенный способ употребления курительных смесей – маленькая пластиковая бутылочка с дыркой (если такие бутылочки с прожженной дыркой находят в школьных туалетах, это самый верный признак того, что в школе употребляют наркотики). Так же смеси иногда курят через разные трубочки. Действие курительных смесей может длиться от 20 минут до нескольких часов. Симптомы:

- кашель (наркотик обжигает слизистую),
- сухость во рту (требуется постоянное употребление жидкости),
- мутный либо покрасневший белок глаз (важный признак! наркоманы носят с собой глазные капли),
- нарушение координации,
- заторможенность речи (слова произносят медленно, с растяжкой),
- неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании,
- бледность кожи, учащенный пульс,
- приступы смеха.

Употребление курительных смесей – частая причина подростковых суицидов. В 99% случаев употреблять курительные смеси начинают те, кто уже курит сигареты.



СОЛИ

Продаются под разными безобидными названиями (соли для ванн, средства для опрыскивания растений, корм для рыбок и т.д.) Опасность этих наркотиков заключается в их доступности и простоте употребления (нюхают, реже курят, разводят в любой жидкости и пьют, а также колют в вену). Очень сложно просчитать дозу, и при передозировках солями процент летального исхода значительно выше, чем при передозировках опиатами. Самое страшное – эти наркотики действуют на психику и разрушают личность. При употреблении солей человек стремительно деградирует, и деградация эта имеет необратимые последствия. Если курительные смеси можно какое-то время употреблять незаметно, то начавшего употреблять соли видно сразу. Симптомы:

- беспокойный взгляд,
- тревожное состояние (ощущение, что за тобой следят, что кругом враги);
- дефекты речи (судорожные движения нижней челюстью, гримасы);
- отсутствие аппетита;
- галлюцинации (как правило, слуховые);
- произвольные движения руками, ногами, головой;
- полное отсутствие сна,
- вне приема наркотиков – чрезмерная сонливость (спят по нескольку суток),
- сильный упадок настроения, депрессия, суицидальные настроения. Через некоторое время после начала их употребления наблюдается резкая потеря веса (за неделю до 10 кг.).

Наркомания – болезненное, непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам. Человек идёт на всё, чтобы достать наркотик. Наркотик как безжалостный палач, который требует: «Укради, убей, достань очередную дозу, прими её, иначе я подвергну тебя жуткой пытке». Вот как описывают наркомана: «Высохший чело-

век метался по койке в больничной палате с зарешёнными окнами, его тело билось и корчилось в конвульсиях, покрывалось крупными каплями пота. Время от времени начинались мучительные, судорожные позывы к рвоте. Больной плакал, ругался, умолял, кричал диким голосом «Спасите! Умираю! Доктор-укол! Будьте прокляты! Черви, белые черви грызут меня! Уберите их!!!!»

Отчего люди становятся наркоманами? Тут кроется ужасный обман. Наркотики очень дорого стоят. Люди, распространяющие их, получают огромную прибыль. Трудом таких денег не заработать. Но продавцам нужны покупатели, т.е. несчастные, привыкшие к наркотикам, готовые отдать любые деньги за одну дозу. Поэтому новичкам предлагают наркотики почти бесплатно, уговаривают: «Попробуй, это приятно, это – интересно». Провоцируют: «Наркотики для смелых, ты же не трус? Нет? Так попробуй». Но никакой смелости в этом нет. Наоборот, смелым может считать себя лишь тот, кто не идёт на поводу у других!!! Помните, что наркомания не сладостное занятие, не баловство, не приятное времяпровождение в компании, а болезнь. Неизлечимая, страшная, мучительная болезнь, весь ужас которой в том, и заключается, что поначалу все кажется просто игрой, детской забавой. А потом человек уже не принадлежит себе, не владеет собой. Это им владеют и держат душу в кольце наркотического плена, дурмана.

Приложение 5

Программа работы кружка «Умелые ручки» «Выжигание»

Пояснительная записка

Программа «Выжигание» рассчитана на студентов, проявляющих интерес к работе с древесиной, фанерой и материалами, изготавливаемыми из нее.

Выполнение программы рассчитано на 1 год.

Режим работы объединения: 5 дней в неделю по 2 часа.

Цель программы:

- Развитие мотивации студентов к познанию и творчеству, приобщение к здоровому образу жизни.



Задачи программы:

Образовательные

- Обучение практическим навыкам и умению работать с различными инструментами, позволяющими выполнять обработку древесных материалов;

- Обучение основам техники выполнения различных конструкций изделий

Развивающие

- способствовать развитию у студентов способностей в области конструирования, творческого мышления;

- развивать творческую активность и общую культуру.

Воспитательные

- воспитание творческой личности;

- формирование художественного вкуса, умения видеть и понимать красоту труда;

- воспитание чувства патриотизма и гражданственности, любви к своей Родине;

- применение на занятиях здоровьесберегающих технологий.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы требуется: расходные материалы: фанера 5мм и 10 мм, лобзики, пиловки к лобзикам, копировальная бумага, кнопки, шлифовальная бумага, клей ПВА, лак мебельный, выжигатели.

Организационно-методическое обеспечение программы

Объединение, основанное на принципах самоуправления и самоопределения.

Методика оценки полученных знаний и результатов

За период обучения студенты получают определенный объем знаний и умений. Для этой цели проводится промежуточный контроль – участие в выставках. Подводится итог всех работ.

Ожидаемые результаты

В конце года студенты должны уметь: выполнять выбор материала для изделия и его подготовку; переводить рисунок; самостоятельно подготавливать свое рабочее место; выполнять изделия с двумя деталями с соединением «в замок», выполнять отделку изделий выжиганием и росписью; самостоятельно подготавли-

вать инструмент для работы; изготавливать не сложные изделия с несколькими деталями, содержащими сложные элементы, самостоятельно разрабатывать и изготавливать изделия из трех и более деталей.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Всего часов	Теорети- ческих	Практиче- ских
1	Организационное занятие. Рабочее место и его оборудование. Техника безопасности.	9	2	7
2	Материалы, используемые при выжигании. Инструменты, оборудование и приспособления.	15	4	11
3	Виды выжигания. Их особенности.	20	5	15
4	Подготовка поверхности материала. Перевод рисунка.	100	10	90
5	Выжигание на плоской поверхности.	110	10	100
6	Выжигание изделий с несколькими деталями, содержащих несложные элементы (по выбору студентов).	110	10	100
7	Отделка изделия.	34	4	30
8	Заключительное занятие	2	2	-
	Итого:	400	47	353

Содержание программы

1. Организационное занятие

Знакомство. Цели и задачи. Рабочее место. Обсуждение плана работы. Деревообработка – одна из древнейших профессий. Дерево в истории отечественной архитектуры. Деревянные конструкции в современном мире. Охрана лесных богатств, опасность труда при деревообработке. Технология безотходного производства. Ознакомление с правилами техники безопасности и поведения на занятиях. Подготовка рабочего места, оборудования и инструмента

Практическая работа. Ознакомление с рабочим местом. Подготовка рабочего места, оборудования и инструмента. Отработка правил техники безопасности.

2. Материалы, инструменты, оборудование приспособления, используемые при выжигании.

Основные породы деревьев, применяемые в народных промыслах. Пороки древесины. Классификация пиломатериалов. Материалы на основе древесины. Инструменты, приспособления. Классификация инструмента, ознакомление с ними.

Практическая работа.

Определение породы древесины на глаз. Отработка приемов работы с деревообрабатывающим инструментом, его ремонт и изготовление оснастки и приспособлений.

3. Виды выжигания. Их особенности.

Особенности работы с выжигателем. Виды и способы выжигания.

Практическая работа. Подготовка инструмента к работе. Ознакомление с приемами выжигания.

4. Подготовка поверхности материала. Перевод рисунка.

Традиционные и нетрадиционные материалы. Технология подготовки материала к выжиганию. Способы перевода рисунка. Последовательность действий при переводе рисунка. Возможные ошибки перевода и их устранение.

Практическая работа. Подготовка материала к выжиганию. Перевод рисунка.

5. Выжигание на плоской поверхности.

Рассказ об изделиях содержащих элементы выжигания и демонстрация лучших образцов. Показ рисунков изделий. Знакомство с технологией изготовления выжигания на плоской поверхности.

Практическая работа. Изготовление изделий, содержащих не сложные элементы (по выбору учащихся).

6. Выжигание изделий с несколькими деталями содержащих не сложные элементы (по выбору студентов). Соединение деталей из фанеры.

Практическая работа. Соединение изготовленных изделий.

Подгонка и сборка изделия. Отделка изделия. Чистовая отделка работы. Ошкуривание.

7. Отделка изделия.

Практическая работа.

Демонстрация готовых изделий с отделкой росписью и выжиганием. Ознакомление с технологией росписи деревянных изделий. Выжигание: подготовка изделия и оборудования. Правила безопасности при выжигании.

Отработка приемов отделки изделий из фанеры росписью и выжиганием.

8. Заключительное занятие

Подведение итогов работы кружка за год.

Список литературы

для педагога:

1. Основы художественного ремесла: Практическое пособие для руководителей школ, кружков / В. А. Барадулин. Б. И. Коромыслов и др.; под ред. В. А. Барадулий М.: Просвещение, 1979.
2. Буланин В. Д. Мозаичные работы по дереву. - М.: Лесная промышленность, 1981.
3. Внеклассная работа по труду: Работа с разными материалами: Пособие учителей / Сост. А. М. Гукасова. - М.: Просвещение, 1981.
4. Прозоровский Н. И. Технология отделки столярных изделий: Учебник для профтехучилищ. - М.: Высшая школа, 1978.
5. Хворостов А. С. Чеканка, инкрустация, резьба по дереву. - М., 1977
6. Хворостов А. С. Декоративно-прикладное искусство в школе.

для учащихся:

1. Прекрасное — своими руками / Сост. С. С. Газарян. - М.: Детская литература 1980.
2. Преторов П. Е. КБ спортивных самоделок. - М.: Физкультура и спорт, 1978.
3. Реинке К., Лютьен Л., Мус И. Постройка яхт. - Л.: Судостро-

ение, 1982.

4. Добрых рук мастерство: Произведения народного искусства в собрании Государственного Русского музея /Под ред. И. Я. Богуславской. - Л., 1981.

5. Жегалова С. К. и др. Пряник, прялка и птица Сирин. -М., 1983.

6. Круглова О. В. Русская народная резьба и роспись по дереву. - 4-е изд. - М., 1983.

7. Матвеева Т. А. Мозаика и резьба по дереву. – М., 1981.’

8. Попова О. С., Каплан Н, И. Русские художественные промыслы. - М., 1984.

9. Супрун Л. Я. Резьба и роспись по дереву. - М.,1983

10. Федотов Г. Я. Волшебный мир дерева. - М., 1987.

Приложение 7

Сценарий мероприятия «Международный день борьбы с наркоманией»



Печальная судьба не с неба сваливается, а рождается от человеческой глупости. Л. Альберти

Звон колокола.

Голос за кадром (монотонно и жёстко): Наркотические вещества были известны человечеству еще в глубокой древности. Многие цивилизации использовали наркотики для проведения религиозных обрядов и ритуалов. С развитием торговли наркотики попали в Европу, где нашли своё применение в медицине. Как заболевание наркомания получила широкое распространение в 18 веке. В Россию эта беда пришла в 19 – начале 20 века.

Наркоманом может стать любой человек. Надежда на то, что «я сильный, попробую и больше не буду», не оправдывается. Никто не начинает употреблять наркотики, что бы стать наркоманом.

Всё начинается с первой пробы. Достаточно порой одной пробы, чтобы сформировалась психическая зависимость. Потом и физическая. Организм наркомана изнашивается за несколько лет. Они умирают от различных заболеваний, потому что у организма нет сил бороться с болезнями. Длительный прием наркотиков приводит к токсическому повреждению внутренних органов. Это тяжёлые поражения печени, почек, сердца. Нарушаются все функции мозга. Выпадают волосы. Человек становится «живым трупом».

Выходят ведущие:

Ведущий 1. Добрый день!

Ведущий 2. Здравствуйте! Сегодня мы проводим акцию «Мы против наркотиков и курения! «.

Ведущий 1. Наркотики, курение, алкоголизм – это проблемы, которые захлестнули сегодня весь мир. В недалеком прошлом нашей страны слово НАРКОМАНИЯ употреблялось очень редко. А между тем, наркомания все больше и больше укоренялась, разъедающая наше общество изнутри, нанося невосполнимый ущерб здоровью людей.

Ведущий 2. Распространение наркотиков в России идет угрожающими темпами. Особую озабоченность вызывает распространение наркотиков среди молодежи. Средний возраст зарегистрированных наркоманов – 10 лет.

Ведущий 1. Наркотик может уничтожить твою душу.

Ведущий 2. Он может разрушить твоё тело.

1-й ведущий: Лишить тебя свободы, сделать зависимым.

2-й ведущий: Ты рискуешь навсегда остаться без семьи.

Ведущий 1. Наркотик укорачивает жизнь, порождает проблемы с законом.

Сценка. (Опасная принцесса – Марихуана)

Сценка: Опасная принцесса – Марихуана (показывают участники волонтерского корпуса)

Действующие лица: Ведущий. Марихуана. Мозг. Учащиеся (Ден и Макс) (За столом сидят два друга – Макс и Ден)

Ден: Как все тошно, надоело – Каждый день одно и то же, Дом, учеба – куча дел, И всегда всем что-то должен... Мусор, пыль, мытье посуды, Быть всегда послушным сыном,

Макс: Ну и нюни распустил ты, Я готов прям разрыдаться, Чтобы жизнь не стала прозой, Есть «кайфовое» лекарство. Ты прими лишь одну дозу...

Ден: Да, напиться, накуриться, Взять нюхнуть, да и забыться?

Макс: Скуке чтоб не поддаваться, Тебе надо «оторваться»! (Макс и Ден уходят за кулисы зала)



Ведущий: Ден пришел к себе домой, Еще больше сам не свой (Ден возвращается, зевая, садится за стол и засыпает)

Ведущий 1. И случилось чудо вдруг, Ден услышал слабый стук. И слова: «Войти к вам можно?» Голос кроткий, осторожный.

(Появляется Марихуана, одетая в зеленое платье. Ден видит сон.)

Ден: Да, войдите, вы к кому, О, прекрасная, принцесса?

Марихуана: Прихожу я лишь к тому, Кто страдает болью стресса, Кто не знает, как сладка Жизнь бывает от дымка...

(Появляется Мозг – ученик, одетый в серый строгий костюм, обращается к Марихуане.)

Мозг: Он не звал тебя, постой, И совсем Ден не больной, Так, немного не в себе. И не нуждается в тебе!

Ден: Кто ты, как войти ты смог? Или ты взломал замок?

Мозг: Я пришел к тебе незвано, Чтоб прогнать Марихуану. От её колючих розг Тебя спасаю. Я – твой Мозг!

Марихуана: Ой, красавчики, поверьте, Я совсем вам не опасна, Помогаю всё терпеть я, В грезах жизнь со мной прекрасна! Окунемся в мир фантазий, В тайны времени, пространства И расслабимся...

Мозг: Ден, не слушай песен феи, Это ложные идеи, Её «дурью» называют, Она волю притупляет, Память быстро ослабляет, И тогда я не сумею С нею справиться, пойми, Ден, гони её, скорей!

Ведущий 1. Ден проснулся, весь в поту, С резкой сухостью во

рту. И подумал: мозг не спит, Смысла нет его губить. Надо только постараться, В своих чувствах разобраться.

Ведущий 1. А еще наш Ден решил, Все узнать о тех пристрастиях, Что приносят в дом несчастья, Чтобы не было сомнений. Отказаться без мучений, Если «кайф» предложит вдруг Даже самый лучший друг.

Вместе (участники сценки): Мы – молодёжь двадцать первого века, В наших руках судьба человека.

(По-одному)

1. Против наркотиков – я!
2. Против наркотиков – ты!
3. Против наркотиков – мы!

Ведущий 1. Мы живем в огромном, прекрасном мире, где столько интересного и удивительного! Нужно только оглянуться вокруг. И вы сразу увидите, что можно противопоставить наркотикам.

Ведущий 2. Спасибо нашим ребятам, за поучительную сценку. А сейчас вашему вниманию представим презентацию о вреде наркотиков.

Вручение буклетов.

СЦЕНАРИЙ

мероприятия «Жизнь без сигарет»

Цели:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни,
- выработать у студентов негативное отношение к курению.

Задачи:

- обучающая – игра учит коллективному поиску ответов на вопросы;
- развивающая – способствует развитию общения, стимулирует процесс развития интереса к ведению здорового образа жизни;
- воспитывающая – воспитывает чувство ответственности за коллективное дело.

Тур 1. «В объятиях табачного дыма».

Курение табака возникло еще в глубокой древности. В Европу табак попал из Америки, где побывал мореплаватель Христофор



Колумб. Высадившись на незнакомый берег, Колумб и его спутники увидели, что туземцы – взрослые и дети – держали в зубах дымящиеся пучки тлеющих листьев неизвестного европейцам растения. Выяснили, что «дикари» традиционно используют листья для частого вдыхания дыма.

Туземцы предлагали путешественникам покурить и воспринимали отказ как проявление враждебности или недоверия.

Возвращаясь в Европу, Колумб захватил с собой несколько кип сушеных листьев «табакко» и нескольких курильщиков. Он рассчитывал развлечь своих соотечественников невиданной экзотикой. Так и случилось: краснолицые «дикари», украшенные перьями и пускающие дым изо рта, поразили весь испанский двор.

Вскоре табак попал во Францию: Жан Нико, бывший послом в Испании, привез оттуда листья и семена табака в подарок своей королеве Екатерине Медичи. От фамилии Нико произошло слово «никотин» – так называют основной компонент табака, самый ядовитый.

Постепенно курение стало «путешествовать» по Европе, дошло до России, но активного распространения не получило, пока царевич Петр Алексеевич, постоянно общавшийся с чужеземцами, не научился курить. В период своего царствования он стал вводить в России «европейские» порядки, в том числе, не препятствовал распространению курения.

При Петре I в России появились первые табачные фабрики. Курение распространилось по всей стране. Тогда еще никто не знал, насколько опасна эта привычка.

А теперь проверим, что знаете вы из истории табака.

За правильный ответ команде присуждается очко

1. Родина табака:

- а) Южная Америка
- б) Южная Африка
- в) Южный полюс

2. Колумб в 1492 году высадился на побережье Кубы и увидел аборигенов с дымящейся травой, употребляемой для курения, которую они называли:

- а) папиросо

б) сигаро

в) самокруто

3. Кто обнаружил в табаке никотин?

а) Жан-Жак Руссо

б) Жан-Поль Бельмондо

в) Жан Нико

4. Екатерина Медичи использовала табак как лекарственное средство от:

а) насморка

б) мигрени

в) простуды

5. В какой стране табак в XVI веке был объявлен «забавой дьявола»?

а) В Испании

б) В Италии

в) В Бразилии

6. Книга, написанная английским королем Яковом I в 1604 году, называется:

а) «О вреде табака»

б) «О пользе курения»

в) «Об истории трубки»

7. Самый популярный способ употребления табака в США до XIX века?

а) курение

б) нюханье

в) жевание

8. Кого называют «курильщиками поневоле»?

а) тех, кто находится в обществе курящих

б) тех, кого заставляют курить принудительно

в) тех, кто курит в тюрьме

9. В XIX веке в Петербурге запрещалось курить на улице. Нарушителей порядка строго штрафовали. Кто выступал инициатором запрета на курение?

а) медики

б) пожарные

в) церковь



10. При каком царе за курение табака «дьявольского зелья» в России секли кнутом, рвали ноздри и ссылали в Сибирь?

- а) при Петре I
- б) при Михаиле Федоровиче
- в) при Алексее Михайловиче

11. В школах Китая юного курильщика ожидает изнурительное наказание. Какое же?

- а) тренировка на велотренажере
- б) бег на 1,5 км
- в) мытье полов в школе

12. Широко ведется борьба с курением в Болгарии. Какие профессии там объявлены «профессиями некурящих»?

- а) учителя и медики
- б) пожарные и милиционеры
- в) егеря и подводники.

Тур 2. «Этикет говорит: Нет»

В XIX веке в обществе существовали довольно строгие правила этикета. Если в доме устраивался бал, для курения отводилось специальное помещение – отдаленная комната или кабинет хозяина. Если бы кто-то вздумал закурить за столом или в танцевальном зале, такого гостя немедленно перестали бы принимать. Курить в гостиной при дамах было просто не позволительно: в курительной комнате находились только мужчины. Курящая женщина была такой же редкостью, как сказочная Баба-Яга. Курение даже на улице считалось неприличным.

Продолжая тему, попробуйте сделать антирекламу курению. Придумайте четверостишия на заданные рифмы:

- «зря – нелзя – бросай – меняй»,
- «вред – бред – табак – рак»,
- «курить – вредить – береги – беги»,
- «сигареты – конфеты – будешь – не забудешь».

Команды зачитывают четверостишия. За наиболее удачные присуждаются очки.

Тур 3. «Курить – здоровью вредить»

Сейчас многие начинают курить, но знаете ли вы, к чему это приводит?

Например, у юноши под воздействием никотина замедляется рост. Вдыхание дыма в легкие приводит к бронхитам, создает опасность пневмонии, повышает вероятность раковых заболеваний.

Курение поражает сердечно-сосудистую, эндокринную систему, органы пищеварения, дыхания – и это список можно продолжить.

Геннадий Касмынин писал:

Утром наполнить спешу никотином
Хилые легкие. Пусть похрипят.
Так я воюю с медициной,
И с утверждением – «Курение – яд!»
Это непросто: щеки обвисли,
Сердце в груди совершает прыжки.
Выпали волосы. Спутались мысли.
Руки дрожат. Под глазами мешки.
Но с ненавистным журналом «Здоровье»,
Что издается на радость ханже,
Вплоть до победы биться готов я.
Врач успокоил: «недолго уже».

*Задание третьего тура: продолжите всем известную фразу
«Минздрав предупреждает ...»*

Команды выполняют задание.

Тур 4. «Хочешь жить – бросай курить»

С табаком, к сожалению, мы встречаемся на каждом шагу: дымят на улице, дома, в общественных местах. Юноши, а в последнее время и некоторые девушки, считают шиком, когда с независимым, как им кажется, «взрослым» видом они проходят по улице с сигаретой в зубах. Такому юноше или девушке кажется, что он (она) похож на «крутого парня» или «современную независимую девушку» без комплексов, которых ничто не волнует. Поверьте, большинству взрослых и пожилых людей неприятно видеть с сигаретой молодого паренька, а уж тем более девушку.

Предлагаю вам нарисовать плакаты на тему «Хочешь жить – бросай курить». А вот где вы разместите свой плакат, и с каким уклоном он должен быть, мы сейчас узнаем.

- В роддоме для будущих мам.



- Для курильщиков в школьном туалете
- Для курящих пассажиров
- Для детей детского сада.

Игроки вытягивают бумажки с заданием и рисуют плакаты.

Подводятся итоги игры.

Производится награждение команды – победительницы.

Заключительное слово.

Способность бросить вредную привычку зависит от вас: вашей собранности, воли. Надо быть упорным и настойчивым. Начать курить легче, чем отказаться от курения. Так давайте же не начинать курить: давайте беречь здоровье – свое и близких!

Сценарий мероприятия «Самый ловкий, умный, смелый»

Цели и задачи:

- привитие студентам навыков здорового образа жизни;
- привлечение их к систематическим занятиям спортивными играми;
- выявление талантливых детей для пополнения контингента спортивных секций;
- пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам.

Инвентарь: обручи, скакалки, волейбольные мячи, деревянные дощечки, теннисные мячи.

Спортивный праздник называется «Весёлые старты» и проходит под девизом «Самый ловкий, умный, смелый».

Загадки для участников

1. Любого ударишь –

Он злится и плачет.

А этого стукнешь –

От радости скачет! (мяч)

2. Его кручу рукой,

И на шею и ногой,

И на талию кручу,

И ронять я не хочу (обруч)

3. Гладко, душисто, моет чисто
Нужно, чтоб у каждого было
Что, ребята? (*мыло*)

4. Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолоков
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком (*расчёска*)

5. Вафельное, полосатое,
Гладкое, лохматое,
Всегда под рукою,
Что это такое? (*полотенце*)

6. Волосистою головкой
В рот она влезает ловко
И считает зубы нам
По утрам. (*зубная щётка*)

7. Только ей судья кивнёт
По бревну скакать начнёт!
С длинной ленточкой попляшет
С брусьев ножками помашет
А потом попьёт воды
И ждёт оценок за труды. (*гимнастка*)

8. Есть лужайка в нашей школе
А на ней козлы и кони
Кувыркаемся мы тут
Ровно 45 минут
В школе кони и лужайка,
Что за чудо угадай-ка? (*спортзал*)

9. Двухметровая детина
Мяч к мячу, за ним второй
Ведь корзина – то с дырой! (*баскетбол*)



10. 10 плюс один кого-то
Мяч хотят загнать в ворота
А 11 других
Не пустить стремятся их. *(футбол)*

11. Зелёный луг,
100 скамеек лишь вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегает народ
На воротах этих
Рыбацкие сети. *(стадион)*

12. Лёд вокруг прозрачный, плоский
Две железные полосы
А над ними кто-то пляшет
Прыгает, руками машет. *(фигурист)*

13. Кто по снегу быстро мчится
Провалиться не боится? *(лыжник)*

14. Он несётся будто к звёздам,
К финишу. Вот это да
Голову он поднял: воздух, —
Опустил: уже вода. *(пловец)*

15. Вроде ёжика на вид
Но не просит пищи
По одежде побежит
Она станет чище. *(щётка)*

16. Белая река
В пещеру затекла,
Чистит добела. *(зубная паста)*

17. Мойдодыру я родня,

Отверни-ка ты меня,
И холодной водою
Живо я тебя умою. (Водопроводный кран)

18. Сижу верхом не на коне,
А у туриста на спине. (Рюкзак)
19. По пустому животу
Бьют меня – невноготу!
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумачи. (футбольный мяч)

20. Не пойму, ребята, кто вы?
Птицеловы, рыболовы?
Что за невод во дворе?
- Не мешал бы ты игре!
Ты бы лучше отошел,
Мы играем в... (волейбол).

21. Когда весна берет свое
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через нее,
Ну, а она – через меня. (скакалка)

Приветствие команд. Равняйсь! Смирно!
Команды приветствуют друг друга, произнося девиз.

Команда «СМЕШАРИКИ»
Чтоб расти и закаляться
Будем спортом заниматься.

Команда «СМАЙЛИКИ»
Используй ловкость и настрой
Победа будет за тобой.

Ведущий: Оценивать ваши успехи будет жюри.
Пусть жюри весь ход сражения



Без промашки проследит
Кто окажется дружнее
Тот того и победит.

Ведущий: Эй, команды смелые,
Дружные, умелые
На площадку выходи
Силу, ловкость покажи.

Эстафета «Игольное ушко»

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующим обручем также. И так на обратном пути.

Эстафета «Три прыжка»

Участники каждой команды выстраиваются в колонну по одному. На расстоянии 10 метров от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала 1-й, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад, 2-й берет обруч и делает через него три прыжка, идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

Эстафета «Передал-садись»

Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 – 6 м. становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

Ведущий. По тропе идут туристы
За спиной у них рюкзак.
А спортсмены финалисты
Обгоняют их вот так.

Эстафета «Переправа»

Участники строятся во встречных колоннах по одному на расстоянии 10м. одна от другой. Направляющие колонн первой группы получают по 3 деревянных дощечки, толщина и ширина которых не менее 10 см, длина – 25 см. Положив 2 дощечки (одну на линии старта, другую впереди, в шаге от первой), каждый из участников становится на дощечки обеими ногами, а третью дощечку держит в руках. По сигналу игрок, не сходя с дощечек, кладет третью дощечку перед собой и переносит на неё ногу, которая была сзади. Освободившуюся дощечку он перекладывает вперед и переносит на него ногу. Так игрок передвигается до противоположной стороны. Назад возвращается, бегом держа дощечки в руках. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Эстафета «Весёлая скакалка»

Игроки каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному. Перед каждой колонной на расстоянии 10–12м. ставится поворотная стойка. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии и продвигается вперед, прыгая через скакалку. У поворотной стойки он складывает скакалку вдвое и перехватывает ее в одну руку. Обратно он движется, прыгая на двух ногах и вращая скакалку под ногами горизонтально. На финише участник передает скакалку очередному игроку своей команды, а сам становится в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой точнее и раньше закончат эстафету.

Ведущий: Вижу дружные ребята,

Друг за друга вы горой

Ну, а прыгать, как зайчата

Не хотите ли со мной?

Эстафета «Кенгуру»

Участники строятся в колонну по одному. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 10м. одна от другой. Направляющие колонн зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками и, достигнув противоположной линии, берут мяч в руки и бегом возвращаются назад. Так действуют все игроки. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и толь-

ко тогда продолжить эстафету. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

Эстафета «Прыжки в мешках»

Участники строятся в колонну по одному, расстояние до контрольной стойки 10 метров. Придерживая мешки руками возле пояса, они прыгают до обозначенного места. Обежав его, ребята возвращаются к своим колоннам, вылезают из мешков, передают их следующим. Так продолжается до тех пор, пока все участники не пробегут в мешках. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее выполняют задание.

Конкурс «Коллективный забег сороконожек»

Забег необычен тем, что в нем участвует вся команда. Обхватив впереди стоящего игрока руками за талию, бегут за ведущим до назначенного места, например, той же импровизированной горы. Обегают ее и возвращаются назад. Очень важно при этом не столкнуться лбами с командой соперников и не споткнуться и не устроить «кучу малу».

Конкурс «Эстафета с мячом».

Состязание заключается в следующем: команды строятся в ряд. Первые игроки передают мяч следующим до тех пор, пока он не попадет к последним. Последние игроки, обегая каждый свою цепочку, становятся во главе своих команд и передают мяч к игрокам, стоящим за ними. Мяч вновь попадает последнему игроку цепочки, который также должен ее обежать и стать во главе команды и так далее.

Выигрывает та команда, игроки которой раньше поменялись местами.

Конкурс «Капитанов»

Для участия в конкурсе вызываются капитаны команд. Конкурс называется «Штрафные броски», задача капитанов из 10 раз попасть как можно больше. Выигрывает та команда капитан, которой попадёт как можно больше раз.

Конкурс для капитанов «Не урони шарик»

Шарик между лбами, кто больше присядет. Капитаны выбирают себе помощников.

Конкурс «Бег в одной связке с другом»

Если хочешь проверить надёжность своего друга, бери его в горы, становись с ним в одну связку и убедись, что он надёжный верный друг. Нас ждёт эстафета.

Ребята становятся парами спина к спине и захватывают друг друга локтями. Созданной парой они бегут к стойке. На пути оббегают вокруг обруча, вокруг стойки и возвращаются назад тем же путём. На бегу нельзя расцепляться и падать. Если упали, встать и продолжить бег с того же места.

Конкурс «Сиамские близнецы»

Из каждой команды выходят по 2 участника, мы им завязываем веревкой по одной ноге. Их задача – добежать до указанной цели и вернуться обратно к команде и передать веревку следующим двум участникам команды.

Ведущий. Давайте дадим слово жюри и узнаем, чья команда сегодня стала самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной, самой дружной и спортивной.

Итог нашего мероприятия, жюри называет победителя.

Ведущий: Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

**Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Хорский агропромышленный техникум»**

**Методическая разработка
«Профилактика и формирование навыков здорового образа
жизни обучающихся, проживающих в общежитии»**

Выполнили воспитатели общежития:

- Наталья Владимировна Ермоленко
- Марина Александровна Максимова
- Анна Абрамовна Сиволонская



Целевая группа обучающихся: участниками программы «Моя жизнь в моих руках!» являются студенты, проживающие в общежитии.

Цель: содействие духовно-нравственному воспитанию подростков, формирование у них

стойкой негативной установки по отношению к вредным привычкам, как способу решения своих проблем или проведения досуга, ориентация на социальную успешность и появление активной жизненной позиции.

Задачи:

- формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у студентов социально-нормативного жизненного стиля;
- формирование установки на отказ от курения, употребления алкоголя, токсикомании, наркомании;
- совершенствование форм антитабачной, антиалкогольной, антинаркотической пропаганды в общежитии.
- развитие волонтерского движения, проводящего работу среди обучающихся по профилактике употребления психоактивных веществ.

Пояснительная записка.

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Встаёт проблема: как в условиях жёсткой рыночной конкуренции, смещения ценностного вектора от высоких идеалов к идеалам материального достатка, наживы личности, сохранить лучшие нравственные качества.



Мы столкнулись с проблемами, захлестнувшими общество: подростковая преступность, алкоголизм, табакокурение, наркомания, токсикомания. Эти проблемы носят общественный характер.

Потребление ПАВ имеет негативные, социальные, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге, оно снижает качество жизни. Увеличивается число преступлений, совершаемых в состоянии алкогольного опьянения. Эффективное противодействие распространению алкоголизма и табакокурения среди подростков, включает в себя дополняющие друг друга составляющие: профилактику, лечение, законодательные мероприятия. Профилактика в первую очередь заключается в информировании о вреде, который оказывают эти привычки не только на организм подростка, но и на возможность получения образования, профессии, создание семьи и т.д. А главное, необходимо обучать студентов здоровому образу жизни. Сознательному отказу от единичных проб психоактивных веществ, выявление у нуждающихся в дополнительных условиях воспитания, установление причин подверженности их табачной, алкогольной зависимости. С этой целью разработана программа «Моя жизнь в моих руках!». Программа предусматривает работу всего воспитательного коллектива общежития, родительской общественности.

Основные формы реализации программы

В основу реализации программы «Моя жизнь в моих руках!» заложены следующие формы и методы:

- статистические опросы
- индивидуальные беседы



- акции
- конкурсы
- дискуссии

Организация взаимодействия между общежитием и администрацией техникума, с управлением по наркоконтролю, родителями.

Сроки реализации программы: 2017-2020 учебный год.

Мероприятия программы «Моя жизнь в моих руках!»

№	Направления деятельности	Название мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Организационная	-разработка Программы «Моя жизнь в моих руках!»;	сентябрь 2017 г.	Воспитатели общежития
		-выявление студентов, употребляющих алкоголь, табакокурение.	Ежегодно	Воспитатели общежития, соц. педагоги
2	Внеурочная	Примерная тематика дискуссий:		
		1.Общечеловеческие ценности	Ежемесячно	Воспитатели общежития,
		2. Личная гигиена – основа профилактики инфекционных заболеваний	Ежемесячно	Студ. Совет, Санитарный сектор
		3. Курение во время беременности	Ежегодно	Студ. совет, информационный сектор

Примерная тематика мероприятий:

		ЗОЖ «Мы– против вредных привычек»	В течение года	Воспитатели, Студ. совет
	«Веселые старты»	В течение года	Спортивный сектор	
	Курение.	В течение года	Информационный сектор	
	Влияние на организм «Стоп-Спайс» (правда о наркотиках)	Ноябрь	Информационный сектор	
	«Токсикомания – не модно»	В течение года	Культмассовый сектор, воспитатели	
	Анкетирование: «Неделя Спида»	Февраль	Культмассовый сектор, воспитатели	
	Личность и алкоголь	Апрель	Информационный культмассовый сектор	
	Всероссийский конкурс: «Спасем жизнь вместе»	Ежегодно	Информационный культмассовый сектор	
	Алкоголь, табак – курение и будущее поколение	Ежегодно	Информационный культмассовый сектор	



	Соревнование по настольному теннису, занятия в тренажерном зале	Проведение дня здоровья	Ежегодно	Спортивный сектор, преподаватель ФК
	Организация пропаганды правовых знаний среди обучающихся «Под-росток и закон», с привлечением сотрудников полиции, наркоконтроля п.Переяславка	В течение года	Спортивный сектор, преподаватель ФК	
	Посещение спортивных секций	В течение года	Зам директор по УВР, воспитатель	
	Международный день отказа курение Всемирный день без табака	Ежедневно	Спортивный сектор, преподаватель ФК	
	Всемирный день борьбы со СПИДом Мини-сценка «Суд над сигаретой»	Третий четверг ноября	Информационный сектор, воспитатель	
	Всемирный день без табака	Тридцать первого мая	Редколлегия, информационный сектор, воспитатель	

	Всемирный день борьбы со СПИДом	Первое декабря	Редколлегия, информационный сектор, воспитатель	
	Мини-сценка «Суд над сигаретой»	Февраль	Информационный культмассовый сектор	
	День борьбы с наркоманией	Первое марта	Информационный культмассовый сектор	
	Конкурс плакатов: «Здоровым быть здорово!», «Созидая-не разрушай», «Я сюда больше не вернусь», «Наркомания – бич цивилизации»	В течение года	Информационный культмассовый сектор, редколлегия	
		Акции: «Брось сигарету, получишь подарок!», «Спасибо-нет!», «Здоровым быть модно!», «Спорт как альтернатива пагубным привычкам»	В течение года	Информационный культмассовый сектор
		Работа с родителями		Воспитатели, соц. педагоги

Прогнозируемые результаты:

1 год: Формирование негативно-го отношения обучающихся к употреблению алкоголя и табакокурения, у студентов ведется пропаганда здорового образа жизни, организация спортивных соревнований и иных эффективных форм досуга: тренинги, дискуссии, мини-сценки.



Формирование волонтерских групп из подростков с лидерскими установками для оказания и поддержки сверстникам с проблемами зависимости от алкоголя и табакокурения, умения сказать «нет», отстоять своё мнение, определять и нести ответственность за себя, свои действия и свой выбор, умение обратиться в случае необходимости за помощью.

2 год: Учить подростков справляться с тяжёлыми мыслями и чувствами; способствовать развитию навыков общения, решению конфликтов.

Проведение занятий в системе профилактики употребления алкоголя и табакокурения для подростков. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

Студенты должны приобрести навык: работы в коллективе; высказывания своих мыслей.

3 год: Активная профилактическая деятельность в общежитии. Пропаганда здорового образа жизни, здоровых отношений со сверстниками. Учить подростков справляться с тяжёлыми мыслями и чувствами, способствовать развитию навыков общения, решению конфликтов.



Организация контроля усвоения материала и выработки социальных навыков в ходе изучения программы

В результате освоения содержания программы студентполучает возможность совершенствовать круг



умений, навыков и способов деятельности. Это является существенными элементами культуры и необходимым условием развития и социализации студентов. Исходя из специфики данной программы, ориентированной в большей степени на личностную и социальную компетентность студентов, система проверки знаний

охватывает:

1. Участие в обсуждении ситуаций: активность, самостоятельность суждений.
2. Составление сообщений, докладов, презентаций, мини-сценки.
3. Опережающие задания.
4. Умение студентов работать в группе: активность, умение слушать, самая ценная идея.

По окончании курса студент должен приобрести знания:

- об опасных мотивах поведения человека, о внутренних ресурсах безопасности;
- об опасных предметах и веществах, о способах безопасного поведения;
- об опасных влияниях окружения, о способах противостояния.

Приобрести умения:

- выражать чувства здоровыми способами;
- выражать и отстаивать свое мнение;
- принимать решения в пользу здоровья;
- правильно вести себя в трудной ситуации;
- справляться со стрессом;
- решать конфликты;
- признавать собственные потребности, способности, достоинства, слабости и ограничения;
- критически оценивать рекламу любых средств зависимости;

- осознанно отказываться от опасных предложений;

- планировать здоровое будущее;

- принимать ответственность за свое поведение, свое здоровье, свое будущее.

Механизм оценки результатов:

На входе и выходе работы с участниками профилактической работы проводится: опросы, сбор отзывов и предложений, анализ, корректировка программы с учётом анализа.



С целью выявления уровня информирования подростков о вреде потребления алкоголя, табакокурения в общежитии ХАТ проводилось социологическое исследование. Анализ результатов показал, что студенты информированы по вопросам, связанным с профилактикой ЗОЖ, на должном уровне, проявляют заинтересованность к данной проблеме, большинство студентов занимаются спортом и до конца осознают, что не модно курить, пить и принимать наркотики.

Вывод

Мы считаем, что наша задача очень важная: достучаться до каждого студента по вопросам значимости здорового образа жизни, и негативного отношения к вредным привычкам.

Внедрение программы, поможет снизить уровень зависимости от алкоголя, табакокурения, сформировать установку у студентов на отказ от вредных привычек. В общежитии активно развивается волонтерское движение ЗОЖ и по профилактике употребления алкоголя, табакокурения и наркотиков. Проблемы, связанные с алкоголизмом, табакокурением нужно решать всем миром, но начинать нужно с семьи и каждого.

Используемая литература:

1. Воспитательный потенциал семьи и социализация детей // Педагогика. 2014. № 4.
2. Минияров В.М. Психология семейного воспитания (диагностико-коррекционный аспект). М., 2000.
3. Крыжановская Л.М. Психология семьи: проблемы психолого-педагогической реабилитации. М., 2008.
4. Спиваховская А.С. Детско-родительские отношения. СПб., 2010.
5. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Редуш. СПб., 2012.
6. Психологические проблемы современной российской семьи: Материалы научно-практической конференции. М., 2005.
7. Руководство по профилактике злоупотребления ПАВ несовершеннолетними и молодежью / Под науч. ред. Л.М. Шипицыной и Л.С.Шпилени. СПб., 2008.
8. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Эффективные программы профилактики зависимостей от наркотиков и других форм зависимого поведения. М., 2004.
9. Родионов В.А. II Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 2010. №3.
10. Петракова Т.Н. Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков. М., 2012.



Приложение №1

Дорогой, друг!

Студенческий Совет общежития, проводит социологический опрос с целью выяснения насколько вы, трепетно относитесь к своему здоровью. Мы просим уделить несколько минут своего времени на прохождение данного опроса.

1. Ведете ли Вы здоровый образ жизни?

- а) Да
- б) Нет

2. Как много Вы курите?

- а) Не курю,
- б) 1-2 пачки в день,
- в) 3-5 сигарет в день,
- г) 1-2 сигареты в день,
- д) свой вариант ответа _____

3. Как часто Вы употребляете спиртные напитки?

- а) Довольно часто
- б) В компании с друзьями
- в) При наличии поводов
- г) Стараюсь воздерживаться
- д) Свой вариант ответа _____

4. Как вы относитесь к наркотикам?

- а) Отрицательно
- б) Это дело каждого
- в) Не вижу ничего плохого
- г) Свой вариант _____

5. Что для Вас Здоровый образ жизни? (выберете несколько вариантов ответа)

- а) Занятие спортом
- б) Отказ от курения

- в) Отказ от алкоголя
- г) Правильное питание
- д) Соблюдение режима
- г) Свой вариант ответа _____

6. Занимаетесь ли Вы спортом?

- а) Да
- б) Нет
- в) Изредка
- г) Не занимаюсь
- д) Планирую начать
- е) Свой вариант ответа _____

7. Делаете ли Вы зарядку?

- а) да, каждое утро
- б) несколько раз в неделю
- в) пару раз в месяц
- г) нет, не делаю

8. Как Вы предпочитаете проводить свободное время?

- а) В компании с друзьями
- б) Сажу у компьютера, телевизора
- в) На природе
- г) На тренировках
- д) Свой вариант _____

9. По вашему мнению, Вы ведете здоровый образ жизни?

- а) Да
- б) Нет
- в) Свой вариант _____

10. Какая, по Вашему мнению, главная причина отказа от занятий спортом?

- а) Лень
- б) Финансы
- в) Нехватка времени



г) Свой вариант _____

11. Как вы считаете, государство проводит какие-либо мероприятия / социальные программы по развитию здорового образа жизни в стране?

- а) Да
- б) Нет
- в) Свой вариант _____

12. Учувствуете ли Вы в активной жизни техникума?

- а) Да
- б) Нет
- в) Свой вариант _____

13. Каким видом спорта хотели бы заниматься?

- а) Свой вариант ответа _____



МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА МЕРОПРИЯТИЯ

«Сigaretку меняю на конфетку»

Подготовка мероприятия.

- Подготовка реквизита;
- Оформление актового зала;
- Подготовка студентов к выступлению.

Оборудование и реквизит:

Технические средства:

- Ноутбук;
- Фотоаппарат;

Реквизит:

- Костюмы героев.

Используемый метод:

- Театральная постановка.

Действующие роли:

- Ведущих 2 студента
- Сигарета
- Председатель
- Адвокат
- Прокурор
- Секретарь суда
- Свидетель—доктор
- Свидетель—пожарник
- Свидетель — дворник

Ход мероприятия

*Сigaretта – это бикфордов шнур,
на одном конце, которого огонек,
на другом – дурак.*

Бернард Шоу

Ведущий 1: Добрый день, дорогие гости и студенты! Сегодня день, посвященный борьбе против курения. Сigaretу меняю на конфетку!



Ведущий 2: Сегодня день прекрасный и чудесный,
Пора, друг мой, курить бросать, пора!
Ты посмотри, как в мире интересно,
Как во дворе играет детвора,
Ведь в нашей жизни много счастья,
Его лишь только стоит отыскать,
Хотя б на день забрось ты сигареты,
И пред тобой начнет мир расцветать.

Всем известно никотин
Лошадь убивает.
Пусть от пагубной привычки
Никто не страдает.

Бросим вызов все гурьбой
Мерзкой сигарете.
Станет чище и светлей
Пусть на всей планете.

Кто еще не отказался
От курения вредного.
Вам желаю избавления
Прямо непременно.

СЦЕНКА: «СУД НАД СИГАРЕТОЙ»

Слушается дело по обвинению в отравлении человеческого организма и в развитии вредных привычек. Есть ли у подсудимой вопросы к кому-либо из участников процесса?

Сигарета: Нет.

Председатель: Будут ли ходатайства у подсудимой?

Сигарета: Нет.

Председатель: А у представителей обвинения и защиты?

Адвокат: Нет.

Председатель: Прошу огласить обвинение.



Секретарь суда: Курить человек начал давно. Еще греческий ученый Геродот, живший в V веке до нашей эры, писал, что древнейшие племена сжигали на огне какие-то растения и вдыхали образующийся при этом дым. Более подробные сведения о курении связаны с открытием Америки (1492г.). Там европейцы впервые увидели табак. Туземцы сворачивали в трубку листья дикорастущих растений, подсушивали их и курили до тех пор, пока не впадали в бессознательное состояние. Переняв эту привычку, моряки Колумба завезли табак в Испанию: курение с быстротой эпидемии распространилось по Европе. Правительства разных стран попытались вести с ними борьбу. В Швейцарии курильщиков ставили к позорному столбу. В конце XVI века за употребление табака приговаривали к смертной казни. Отрубленные головы с трубками во рту выставляли на площадях и базарах. В Турции за курение сажали на кол.

В России, куда в начале века был завезен табак из Англии, тоже началась борьба с «черным зельем». В царствование Михаила Романова курильщиков казнили, их имущество отбирали в пользу государства. Царь Алексей Михайлович повелел всех, у кого будет найден табак, пытать и бить кнутом. Однако постепенно репрессии смягчились и, наконец, совсем прекратились. На смену трубке пришла папироса. Впервые она появилась в Турции, к концу XIX века распространилась по всей Европе.

О том, что табак приносит вред человеческому организму, известно давно: курение снижает аппетит, затрудняет дыхание, усиливает головные боли. Никотин нарушает деятельность нервной и сердечнососудистой систем и органов пищеварения. Исследования последних лет показали, что заболевание раком легких связано с курением. Дружба с папиросой никого до добра не доводит. Беспечность курильщиков, бросающих, где попало тлеющий окурочок, нередко становится причиной пожара. На основании изложенного и руководствуясь заботой о благе и здоровье граждан, обвиняемая 1492 года рождения, уроженка Центральной Америки, подсудимая многих стран мира, бесчисленное множество раз осужденная и клейменная, предается за вышеназванное преступление суду.

Председатель: Подсудимая, вам понятно, в чем вас обвиняют?

Сигарета: Понятно.

Председатель: Признаете ли вы себя виновной?

Сигарета: Нет, не признаю.

Председатель: Согласны ли вы дать показания по предъявленному вам обвинению?

Сигарета: Никаких показаний я давать не намерена.

Председатель: В таком случае суд переходит к допросу свидетелей. Слово имеет врач (Уколов Иван Федорович). Суд предупреждает вас, что свидетель должен говорить только правду, какой является истина, научно доказанная медициной. Вам понятно?

Свидетель-доктор: Понятно. Отрадно видеть, как увеличивается продолжительность жизни людей. Но есть факторы, которые отрицательно влияют на здоровье, и одним из них является курение. Недаром поговорка гласит «Курить – здоровью вредить». У курящего, если он выкуривает сигарету, наступает острое отравление организма. Человек испытывает тошноту, головокружение, дрожь в руках, усиленное сердцебиение. «Все это было со мной, – скажет заядлый курильщик, – но я теперь привык». Это жестокая ошибка. Медицина установила, что приспосабливаются к действию сигареты лишь отдельные органы, на кровеносные сосуды и эндокринную систему первая папироса оказывает такое же вредное воздействие, как и десятая. Так что аргумент курильщика несостоятелен. Хочешь жить долго – не прикасайся к сигарете. В ответ мы слышим: «Не могу». Это неправда. Некоторые пытаются отвыкнуть от табака, постепенно понижая день за днем число выкуренных сигарет. Нет, перестать лучше сразу. Лев Толстой бросил курить в 60 лет, причем сразу, с этого времени, по его словам, стал другим человеком: «Просиживал по 5 часов за работой, совершенно усталый, чувствовал тошноту, головокружение, а сейчас, после того как бросил курить, чувствую себя совершенно свежим». Гете с 50 лет стал ярким противником табака. Ослабление умственной деятельности под влиянием никотина отмечал и русский шахматист Алехин. Поражение одного из крупнейших шахматистов на турнире 1929 года он объяснил тем, что тот много курил. Алехин писал: «Никотин ослабляет способность мыслить, столь необходимую для шахматиста. Я могу сказать, что и сам получил уверенность в

выигрыше матча за мировое первенство лишь тогда, когда отучился от страсти к табаку». Думаю, что этих свидетельств достаточно. Вред курения несомненен. Поэтому я призываю отказаться всех от пагубной привычки и считаю подсудимую виновной.

Председатель: Благодарим вас, свидетель, вы свободны.

Послушаем показания второго свидетеля – председателя пожарной дружины (Зажигалкина Иван Иванович).

Свидетель-пожарник: Пожары, как правило, возникают по разным причинам. Иногда достаточно искры, чтобы сгорели огромные ценности. Какое же место среди других причин в возникновении пожара занимает сигарета? Скажу прямо: одно из главных. Оставленная без присмотра или брошенная в неположенном месте тлеющая сигарета приводит к пожарам.

Председатель: У вас всё?

Свидетель - пожарник: Всё.

Председатель: Садитесь. Показания дает дворник. (Чистоплюев Булат Петрович)

Свидетель-дворник: Я работаю дворником. Нужная эта должность или нет? Скажу так: нужная. Курящий не соблюдает чистоту. Он норовит окурочек бросить в такое место, где его метлой не достать. Штрафовать нужно, вот что я вам скажу.

Председатель: Есть ли вопросы у сторон?

Адвокат: Разрешите задать вопрос свидетелю?

Председатель: Пожалуйста.

Адвокат: А вы сами-то курите?

Свидетель-дворник: Курю, конечно, как не курю.

Адвокат: А почему не бросаете?

Свидетель-дворник: Пытался, да ничего не выходит, – сызмальства этому занятию приучен.

Председатель: Свидетели по делу допрошены все, суд переходит к слушанию сторон. Слово прокурору.

Прокурор: Уважаемый суд! Курение табака – одна из вреднейших привычек, и бороться с ней надо как с социальным злом. Проблема не из легких, порой трудно убедить человека, что сигарета – далеко не безобидная вещь, какой кажется на первый взгляд. Руководствуясь заботой о благе каждого человека, я прошу



суд сурово покарать подсудимую, публично предать сожжению на костре.

Председатель: Слово предоставляется адвокату.

Адвокат: Уважаемый суд! Немало горьких упреков высказано в адрес моей подзащитной, и с большинством из них я не согласен. Курение действительно вредное увлечение. Правда и то, что сигарета при небрежном обращении с ней часто является причиной пожара, ведет к потере народного добра, но ведь все это по вине человека. Сигарета сама по себе безобидная, не она курит, а ее курят. Человек открыл табак, и поэтому надо о человеке говорить, а сигарету осуждать не надо.

Председатель: Вам, подсудимая, предоставляется последнее слово.

Сигарета: Прошу меня оправдать.

Председатель: Суд удаляется в совещательную комнату для вынесения приговора.

Музыкальная пауза.

Председатель: Оглашается приговор.

Именем народного здравоохранения суд в составе председательствующего, народных заседателей и секретаря, с участием свидетелей, обвинителя и защитника рассмотрел дело по обвинению сигареты в отравлении человечества, в возникновении пожаров на Земле, в засорении планеты Земля.

Подсудимая виновной в предъявленном ей обвинении себя не признала и просила ее оправдать. Проанализировав показания свидетелей, заслушав речь обвинителя и защитника, суд признал сигарету виновной и приговорил ее к сожжению. Приговор суда окончательный, обжалованию не подлежит, приводится в исполнение немедленно.

Ведущий 1: Суд вынес суровый приговор. Думаю, что сегодняшний процесс не прошел без пользы, как для меня, так и для вас. Большое зло приносит курение. Прислушаемся же к голосу правосудия и благоразумия. Бросим же в костер отраву, которая называется табачными изделиями.

Спасибо за внимание!

Номинация:

Лучшая методическая разработка по организации мероприятий с родительской общественностью по формированию навыков здорового образа жизни в семье

Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Солнечный промышленный техникум»

Методическая разработка по формированию здорового образа жизни обучающихся «Все начинается с семьи»

Авторы разработки:

Комелькова Л.Ф. – социальный педагог

Крамаренко В.П. – социальный педагог

Бочкарева О.К. – социальный педагог

Пилянская Е.С. – педагог-психолог

Трухина Ю.А. – заместитель директора по УВР

*«Всё начинается с семьи –
Призывный крик ребёнка в колыбели
И мудрой старости докучливые стрелы...
Всё начинается с семьи...
Умение прощать, любить и ненавидеть,
Умение сострадать и сложность в жизни видеть...
Всё начинается с семьи...»*

Современные семьи развиваются в условиях качественно новой и противоречивой общественной ситуации. С одной стороны, наблюдается поворот общества к проблемам и нуждам семьи, раз-

рабатываются и реализуются комплексные целевые программы по укреплению и повышению значимости в воспитании детей. С другой стороны, наблюдающиеся процессы приводят к обострению проблем в семье. Это, прежде всего, падение жизненного уровня большого количества семей, увеличение числа разводов, которые негативно влияют на детскую психику, увеличение числа неполных семей или родителей, воспитывающих одного ребенка.

Добиться высоких результатов работы невозможно без взаимодействия с родителями детей и без информации о семье, где проживает и воспитывается ученик.

Семейный круг – это личная сфера, существования и формирования любого ребенка, свойство которой обуславливается рядом характеристик: общественно-цивилизованный (находится в зависимости от образовательного уровня родителей и их роли в жизни сообщества); общественно-финансовый (обуславливается материальными характеристиками и занятостью родителей на работе); технико-гигиеничный (зависит от обстоятельств проживания, оборудованности жилья, отличительных черт вида жизни); демографический (обуславливается структурой семьи).

Таким образом, в непростых жизненных ситуациях семье требуется регулярная и грамотная поддержка со стороны образовательного учреждения. Только лишь в ходе взаимодействия педагогической общественности и родителей и максимально абсолютного применения воспитательского потенциала семьи можно благополучно регулировать задачу формирования индивидуума ученика.

Ход взаимодействия должен быть ориентирован на конструктивное вовлечение родителей в учебно-педагогический процесс, во внеурочную досуговую деятельность, содействие с обучающимися и педагогами.

Общая работа профессионалов образовательного учреждения согласно реализации образовательной программы гарантирует педагогическое поддержание семьи в абсолютно всех этапах учебы в образовательном учреждении, делает родителей действительно равно ответственными соучастниками образовательного процесса. Работа родителей и педагогов в интересах детей может являться



эффективной только лишь в тех случаях, когда они будут союзниками, что даст возможность им правильно узнать ребенка, увидеть его в различных ситуациях.

Особенность взаимоотношений образовательного учреждения с родителями заключается в том, что он не может обязать родителей принимать участие в жизнедеятельности сообщества. Он может только пригласить, попросить их поучаствовать в этом.

Взаимодействие семьи и образовательного учреждения будет эффективным при следующих условиях:

- комплексном использовании традиционных и инновационных форм педагогического взаимодействия;
- включении родителей в воспитательную работу с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.

Свою деятельность, социальные педагоги и классные руководители в основном, определяют тремя видами – это планирование, организация работы с учащимися и коррекция. На каждом этапе применяются активные и интерактивные формы воспитания, которые непосредственно ведут к повышению интереса к воспитательным моментам. Так, при проведении мероприятий используют слайдовые презентации, музыкальное сопровождение, видеофрагменты и другие наглядные средства обучения. Часто использую игровую технологию полностью или частично. Так, например, в адаптационно-обучающий период проводятся мероприятия «Гордиев узел», «Путь к успеху», «Планета Толерантности», на которых обучающиеся в игровой форме оценивают степень своей толерантности, развивают адекватную самооценку, что способствует развитию интереса к профессии, а также совершенствованию навыков коллективной работы в группах.

Главная цель работы – это воспитание личности духовно богатой, внутренне свободной, способной строить жизнь, достойную человека. Для достижения этой цели решаются следующие задачи:

- социальная защита и развитие обучающихся;



- направление личностных качеств обучающихся в положительном направлении в различных сферах деятельности;
- формирование устойчивой мотивации к учебе, профессиональной деятельности;
- создание условий для организации постоянного профессионального диалога между педагогами и обучающимися;
- формирование у учащихся адекватного представления о здоровом образе жизни.

Чтобы решить данные задачи, надо хорошо знать своих обучающихся, их интересы, отношения с близкими, товарищами. Такие знания помогают понять истоки трудностей, которые возникают в воспитании, помогает следить за ростом детей в умственном, духовном, нравственном плане, вносить коррективы в уровень их воспитанности. Также для решения поставленной цели имеется пакет документов.

Правовую основу в педагогической деятельности составляют нормативные документы:

- Конвенция о правах ребенка;
- Конституция РФ;
- Семейный кодекс РФ;
- Гражданский кодекс РФ;
- Жилищный кодекс РФ;
- ФЗ «Об образовании»;
- ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения взрослых».

По развитию духовно-нравственной сферы личности, предупреждению правонарушений подростков проводятся различные индивидуальные, групповые плановые и текущие беседы, групповые собрания.

Результатом нашей работы в группах прослеживается процент посещаемости учебных занятий учащимися теоретического обучения и учебной практики, который соответственно составляет 86% - 82%. Есть потенциал роста данного показателя. Осуществляется ежедневный контроль над посещаемостью, выявляются причины отсутствия или опоздания обучающихся, ведется строгий учет пропущенных занятий, работа по ликвидации пропусков без



уважительной причины; изучение условий жизни обучающихся, оформление писем по месту жительства родителям, оформление запросов и ходатайств в ПДН, УИИ, КДН, ОВД, предупреждение родителей об ответственности за воспитание своих детей.

Ведется постоянная работа по социальной защите, адаптации ребят, как проживающих в домашних условиях, так и иногородних детей, живущих в общежитии. Изучаем психолого-медико-педагогические особенности личности подростка, микросреду, условия жизни. Каждый факт нарушения единых педагогических требований в техникуме и общежитии разбирается индивидуально, принимаются конкретные меры воздействия, что также отражено в планирующей документации.

Налажена работа с родителями, т.е. существует обратная связь не только по выявлению и устранению негатива и поощрение, благодарность родителям за те или иные успехи подростков (благодарственные письма). Работа с родителями строится в форме индивидуальных бесед по телефону, разговор на дому, вызов в учебное заведение. В общежитии нашего техникума специализирована комната для приезда родителей (иногородних), в которой они могут побыть со своим ребенком, переночевать, отдохнуть. Курируем детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из их числа обучающихся в техникуме. Сформированы и переданы в отдел опеки и попечительства по Солнечному району личные дела учащихся данной категории.

Учитывая вышеизложенное, можно сказать, что именно воспитание закладывает основу общественных идеалов и ценностей. Воспитание – процесс непрерывный, который требует постоянно-го совершенствования и управления им.

Мы провели исследование на базе нашего учреждения, КГБ ПОУ СПТ, в исследовании принимали участие родители учащихся первокурсников в количестве 12 человек.

Цель исследования:

- определить эффективность взаимодействия со всеми родителями КГБ ПОУ СПТ;
- показать необходимость внедрения традиционных и нетрадиционных форм взаимодействия общеобразовательного учрежде-

ния и семьи.

Для установления диалога родитель-психолог и педагог-родитель на доконфликтном уровне представляется удобным использовать такие приемы, как ответы родителей на опросные листы, где постановка вопросов предполагает ознакомление родителей с определенным подходом к воспитанию детей. Первые обращения к родителям являются просветительскими и служат для создания «первичной мотивации» для совместной работы со специалистами, они не должны быть отпугивающими сложными или трудоемкими. Мы считаем, что родители должны получить точное представление о том, что их воспитательный опыт ценен и интересен для педагогов, психологов.

Данная психологическая диагностика позволяет не только выявлять особенности воспитания, но и активизирует родителей на самостоятельную психологическую работу.

Цели:

- выявление запроса на образовательную деятельность;
- составление социального портрета семьи;
- определение удовлетворенности родителей работой;
- изучение особенностей семейного обучения для последующего учета при планировании и проведении психолого-педагогической работы;
- создание у родителей активной установки на психокоррекционную работу.

Задачи:

- изучить психологический климат в семье, родительские установки и позиции по отношению к детям, которые нуждаются в коррекционной работе;
- определить причины неблагоприятно сложившихся новообразований, форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения у детей;
- ознакомить родителей с проблемами и нуждами детей.

Использованные методики:

- вопросник «Удовлетворенность родителей работой ОУ»
- вопросник «Определение приоритетов родителей в области их психологической грамотности»

- анкета «Знаете ли вы своего ребенка?»
- вопросник «Определение типа семей»
- вопросник «Выявление запроса на образовательную деятельность»
- тест-опросник родительского отношения (ОРО) (А.Я.Варга, В.В. Столин)

Методика «Анализ семейного воспитания» АСВ Эйдмиллера Э.Г.

По результатам обследования были получены следующие результаты:

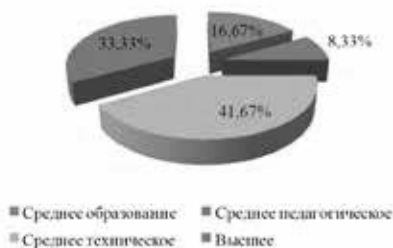
Распределение семей по их составу и материальному обеспечению представлено на рисунке 1.

Рис. 1. Распределение семей по их составу и материальному обеспечению



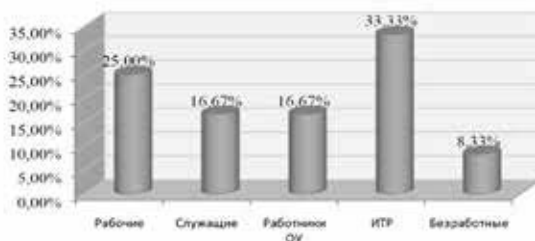
Изучение родителей по образовательному уровню показало следующее:

Рис. 2. Распределение семей по образовательному уровню



Изучение родителей по социальному уровню:

Рисунок 3. Распределение семей по социальному уровню



На следующем этапе исследования использовалась методика: «Изучение удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения». По результатам исследования можно сказать о довольно низком уровне удовлетворенности родителей деятельностью общеобразовательного учреждения, поскольку коэффициент «У» находится в пределах от 2-3.

Многие родители удовлетворены коллективом, в котором обу-



чается их ребенок. Это весьма важно, так как ребенок весьма тесно связан с семьей. Это говорит о том, что в семье рациональные, благие взаимоотношения, тогда ребенок лично станет вводить в среднее учебное заведение доброту и разумность. Очень важно, чтобы родители чувствовали ощущение взаимопонимания в контактах с администрацией и преподавателем ребенка, от этого зависит степень довольства родителей теми условиями, которые предоставляет учебное заведение.

Уровень удовлетворенности родителей начал равномерно снижаться, и это стало заметно из 11, 12, 12, 14, 15 вопросов. К сожалению, отношения между родителями и педагогом не всегда являются нормальными. Очень часто они выступают в роли противников, которые стараются бороться за первенство влияния на детей. Это вполне могло явиться причиной того, что большинство из родителей были, не совсем удовлетворены теми условиями, которые предоставляет учебное заведение ребенку для проявления и развития их способностей; теми знаниями, которыми делится педагог.

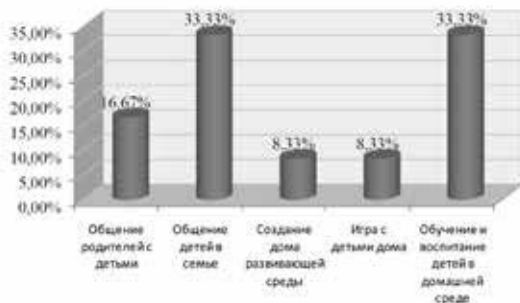
Родители не обязаны все без исключения прямые обязанности передавать преподавателю, так как он только может помочь и ориентирует действия родителей согласно обучению детей. Общая работа преподавателей, родителей и детей может являться эффективной, в случае если все без исключения позитивно настроены на совместную работу, функционируют сообща, реализовывают коллективное составление плана, подводят итоги работы. Связь состоит также и в единстве условий к ребенку, организации общей работы, изучении детей в семье и техникуме, создание проектов его формирования.

Стоит отметить, что руководитель группы не обязан давать всем похожие формы взаимодействия, а обязан разбираться в необходимости требования родителей, характерных чертах домашнего воспитания, настойчиво приобщать родителей к общеобразовательным процессам группы, тогда общий показатель удовлетворенности родителей трудом учебного заведения станет расти.

Проблемы родителей в воспитании, обучении и развитии детей в процессе индивидуальных собеседований:

Структура проблем родителей в воспитании и обучении детей в процессе индивидуальных собеседований показана на рисунке 4.

Рис. 4. Структура проблем родителей в воспитании и обучении детей в процессе индивидуальных собеседований



Тест-опросник родительского отношения (ОРО) (А.Я.Варга, В.В. Столин). Данная методика ориентирована на изучение особенностей родительской позиции матери или отца по отношению к каждому конкретному ребенку.

Рис. 5. Результаты методики родительского отношения

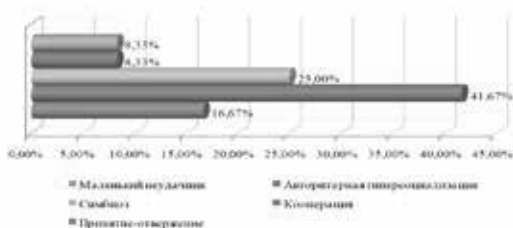


Рис. 5. Результаты методики родительского отношения

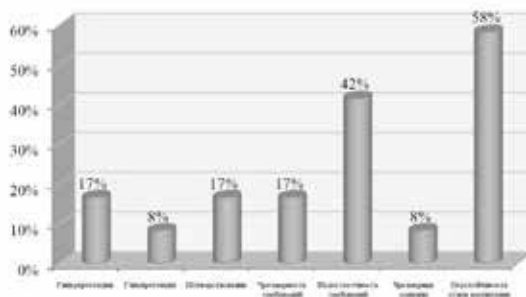
Вывод: по результатам обследования родителей из диаграммы можно увидеть, что преобладающим считается социально-жела-

тельный образ родительского отношения – «кооперация» (41,67%), 25% родителей стремятся удовлетворять все потребности ребенка, ограждать его от трудностей и неприятностей жизни и лишь 8,33% - требуют от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины.

Методика «Анализ семейного воспитания» (АСВ) Э.Г. Эйдемиллера.

Цель: выявление ошибок в родительском воспитании ребенка, выявление причины негармоничного воспитания.

Рис. 6. Результаты методики «Анализ семейного воспитания»



В результате обследования родителей учащихся на начало учебного года из диаграммы (Приложение 4) видно, что преобладающим считается неустойчивость стиля обучения в семьях (58 %), недостаточность требований-обязанностей – 42 %: данная особенность обучения проявляется высказываниях родителей о том, как трудно привлечь ребенка к какому-либо делу по дому. Прослеживается тенденция к стремлению родителей к максимальному и некритическому удовлетворению абсолютно любых потребностей ребенка (17 %). При этом у 8 % родителей ребенок попросту выпадает из виду, за его обучение и развитие ребёнка берутся лишь иногда, когда случается что-то серьезное.

Согласно итогам диагностического обследования родитель-

ского коллектива было выявлено, что доминирующая часть родителей обучающихся нашего учреждения – не высококлассные преподаватели, и их профессия отдалена от педагогики. Родители не имеют специальных знаний в области обучения и образования ребенка. Зачастую ощущают трудности в установлении контактов с ребятами; определенные родители недостаточно представляют себе характерные черты детского развития: почти все из них передают преимущество в воспитании нотациям и наказаниям, при этом ждут от преподавателей таких же методов общения с их ребенком.

В некоторых семьях детей посвящают абсолютно во все семейные конфликты, а ведь стоит понимать, что это оказывает отрицательное влияние на их эмоциональное развитие. Если ребенок не делает заметных успехов в обучении, родители чаще всего обвиняют в этом педагогов, и начинают сомневаться в компетентности последних.

Таким образом, выявился образец в воспитании и обучении детей – высокие требования родителей к усвоению знаний (оценкам в техникуме). В основном родители полагают, то, что их главный проблемой считается материальное обеспечение, а развитие и подготовка ребенка – цель общеобразовательного института, доказывая тем, что значительную долю времени ребенок проводит в учреждении профессионального образования, а у родителей мало знаний и времени для результативного взаимодействия с детьми. Уровень включенности родителей в организацию общеобразовательного хода не велик.

На основании результатов диагностического исследования определились следующие задачи психолого-педагогической работы с родителями в ОУ:

1. Расширить средства и методы работы с родителями;
2. Обеспечить пространство для личностного роста всех участников взаимодействия;
3. Создать атмосферу творчества;
4. Обеспечить оптимальные условия для того, чтобы учащиеся могли саморазвиваться, а родители самоорганизовываться в освоении ими различных социальных ролей;

5. Привлечь родителей к активному участию в организации, планировании и контроле деятельности техникума.

Образовательное учреждение всегда было и будет оставаться самым важным социальным институтом, обеспечивающим весь воспитательный процесс и реальное взаимодействие между детьми, родителями и социумом.

Работа родителей и преподавателей в интересах детей может быть эффективной только лишь в том случае, если они будут союзниками. Это даст возможность им правильнее узнать ребенка, увидеть его в различных ситуациях и подобным методом подействовать старшим в понимании личных особенностей детей, формировании их способностей, развитии ценностных житейских ориентиров, преодолении отрицательных поступков проявлений в поведении. Преподавателям важно иметь партнерские взаимоотношения с семьей любого учащегося, создать атмосферу взаимоподдержки и общности интересов. Непосредственно семейный круг с раннего детства призван поместить в детей высоконравственные ценности, ориентиры на создание разумного образа жизни.

Но практическая работа показывает, что определенные родители никак не имеют специализированных познаний в области обучения, ощущают трудности в установлении контактов с детьми. Учителя и родители, стараясь вместе отыскать более результативные методы решения этой проблемы, характеризуют смысл и формы педагогического просвещения. В формировании союза родителей и преподавателей важная значимость принадлежит последним. Не все родители откликаются на желание преподавателя к совместной работе, выражают заинтересованность к слиянию стараний по обучению собственного ребенка. Преподавателю нужны упорство и направленный отбор, пути решения этой проблемы, исключая авторитаризм и дидактизм.

Основные направления организации работы общеобразовательного учреждения с семьей:

- Составление характеристик семей ребят (состав родителей, сфера их занятости, общеобразовательный и социальный уровень и др.).
- Организация диагностической работы по изучению семей.



- Использование оптимальных форм и способов в дифференцированной групповой и личной работе с семьей.
- Организация психолого-педагогического просвещения родителей.
- Формирование концепции общественных мероприятий с родителями, работа согласно организации коллективной социально необходимой работы и досуга родителей и детей (воспитанников).
- Выявление и использование в практической деятельности позитивного опыта семейного воспитания.
- Внедрение в семейное обучение традиций народной педагогики.
- Предоставление поддержки отцу с матерью в развитии нравственного вида жизни семьи, в профилактике и диагностике наркомании, в предотвращении прочих отрицательных проявлений у ребенка и подростков.
- Применение разных конфигураций совместной работы с родителями, привлечение их в общественно важную работу с учащимися, которая нацелена на увеличение их авторитета.
- Создание условий, чтобы обеспечить права родителей на участие в управлении образовательным учреждением, организации учебно-воспитательного процесса: помощь в организации деятельности общественных родительских формирований.

В связи с этим, мы решили провести игровую программу, совместно с родителями, педагогами и студентами. Приурочили ее ко дню учителя, в адаптационный период для первокурсников.

Спортивно-игровая программа «Будьте здоровы!!!»

Форма проведения: игровая

Цель мероприятия: сплочение команды в процессе преодоления трудностей, создание атмосферы взаимного доверия и поддержки в коллективе.

Задачи:

1. Создание атмосферы доверия, взаимовыручки, поддержки.
2. Адаптация обучающихся и быстрое вхождение в коллектив группы.

3. Организация взаимодействия, сотрудничества, коммуникации между участниками команды.

4. Налаживание эффективных межличностных взаимоотношений между участниками.

Применяемые формы и приемы: решение предложенных задач.

Оснащение: гимнастические скамейки, футбол, коврики, веревки, палочки, кегли, доски, воздушные шары, дротики, покрывало, путевые листы.

Ход мероприятия

Перед началом мероприятия на всех станциях расставляются кураторы (помощники руководителя игры), которые дают задания и помогают отслеживать правильность выполнения задания. Раскладывается и расставляется весь необходимый для игры инвентарь. В каждой команде по 8 человек (две команды из преподавателей и родителей, две команды студентов). До начала игры каждая команда должна придумать свой девиз и название команды.



Руководитель игры приглашает команды в спортивный зал. Команды называют свое название и девиз, получают путевые листы и по команде отправляются выполнять первое задание.

Правила игры:

На каждом этапе работать всей командой, с одного этапа на другой уходить всей командой. Команда получит задание на очередном этапе только в том случае, если будет в полном составе.

Задания:

«Монолит»

Встать в круг друг за другом носочек к пятке, руки на талии впереди стоящего. Нужно сесть на колени человеку стоящему сзади и в таком положении нужно пройти круг. Если «монолит» нарушил хоть один человек, то задание начинают выполнять сначала. (Кто-то должен командовать правая, левая нога, чтобы идти



в ногу).

«Ковер» (одеяло)

Вся группа стоит на коврике. Нужно перевернуть его на другую сторону. Если кто-то наступил на пол – упражнение начинается с начала.

«Бревно» (Обрыв)

Вся группа встает в шеренгу на бревно, скамейку (шириной 20 сантиметров и длиной 7-8 метров).

Задание: Начиная с первого человека, команда переправляется на противоположный конец бревна. В результате должна получиться та же линия, в том же порядке.

При касании земли любым участником упражнение выполняется всей группой с начала.

«Мега-волейбол»

Игра в «волейбол» огромным мячом с помощью тента, который держит вся команда. Задача команды за отведенное для выполнения задания время начеканить как можно больше мячей. Если уронили мяч, выполнение задания начинать с начала.

«Мега лыжи»

Вся команда (8 человек) встают на одни Мега Лыжи.

Задача для группы пройти от начала этапа до его финиша.

При касании земли между стартом и финишем любыми частями тела, одеждой, волосами и т.п. команда возвращается к месту старта и начинает выполнение сначала.

«Горизонтальная паутина»

К гимнастическим скамейкам, стоящим параллельно, крепятся веревки и натягивается паутина, ячеек должно быть не меньше чем количество участников команды.

Задача команды, взявшись за руки перейти с одной стороны паутины (пункт А) на другую (пункт Б). Касаться нитей паутины запрещено.

«Меткий стрелок»

Между стойками для прыжков в высоту натянуты веревки с



надутыми шариками.

Расстояние до шариков – 2,5 метра. Надо с помощью дротиков для дартса лопнуть шарик

»Скованные одной цепью»

Всем участникам команды последовательно связываются друг с другом щиколотки ног.

Задание: перейти всем вместе через несколько препятствий и не сбить их.

Если сбили препятствие, вся команда начинает выполнение задания с начала.

После последнего задания команды возвращаются в спортивный зал, подводятся итоги игры.

Руководитель игры:

- Молодцы, все отлично справились со всеми заданиями. Хочется отметить что

Ведущий проводит награждение команд.

Путевой лист

Команда _____

<i>№ задания</i>	<i>Название этапа</i>	<i>штрафы</i>
	Девиз команды	
2.	Монолит	
1.	Горизонтальная паутина	
6.	Мега-лыжи	
8.	Скованные одной цепью	
4.	Бревно	
7.	Меткий стрелок	
5.	Мега-волейбол	
3.	Ковер	

Общее количество штрафов _____



Каждое задание оценивается в 10 баллов, максимально можно заработать 90 баллов.

Для выполнения одного задания отводится 10 минут.

Путевой лист

Команда _____

<i>№ задания</i>	<i>Название этапа</i>	<i>штрафы</i>
	Девиз команды	
3.	Ковер	
8.	Скованные одной цепью	
1.	Горизонтальная паутина	
6.	Мега-лыжи	
7.	Меткий стрелок	
4.	Бревно	
5.	Мега-волейбол	
2.	Монолит	

Общее количество штрафов _____

Каждое задание оценивается в 10 баллов, максимально можно заработать 90 баллов.

Для выполнения одного задания отводится 10 минут.

Путевой лист

Команда _____

<i>№ задания</i>	<i>Название этапа</i>	<i>штрафы</i>
	Девиз команды	
1.	Горизонтальная паутина	
2.	Монолит	
3.	Ковер	

4.	Бревно	
5.	Мега-волейбол	
6.	Мега-лыжи	
7.	Меткий стрелок	
8.	Скованные одной цепью	

Общее количество штрафов _____

Каждое задание оценивается в 10 баллов, максимально можно заработать 90 баллов.

Для выполнения одного задания отводится 10 минут.

Путевой лист

Команда _____

№ задания	Название этапа	штрафы
	Девиз команды	
4.	Бревно	
5.	Мега-волейбол	
7.	Меткий стрелок	
6.	Мега-лыжи	
3.	Ковер	
2.	Монолит	
8.	Скованные одной цепью	
1.	Горизонтальная паутина	

Общее количество штрафов _____

Каждое задание оценивается в 10 баллов, максимально можно заработать 90 баллов.

Для выполнения одного задания отводится 10 минут.



Библиографический список

1. Бордовская, Н.В. Реан, А.А. Педагогика. – СПб.: Питер, 2011. – 304 с. – ISBN 978-5-388-00006-4.
2. Бороздина Г.В. Психология и педагогика: учебник / Г.В.Бороздина. – М.:
Юрайт-Издат; ИД Юрайт 2011. – 477 с.- ISBN 978-5-9916-1314-9, 978-5-9692-1195-7.
3. Юрайт-Издат; ИД Юрайт 2011. – 477 с.- ISBN 978-5-9916-1314-9, 978-5-9692-1195-7.
4. Болдырев, Н. И. Методика работы классного руководителя: Учеб. пособие по спецкурсу для студентов пед. ин-тов. – М.: Просвещение, 1984.– 258с.
5. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Педагогика [Текст] : пособие для сдачи экзаменов / М. Е. Вайндорф-Сысоева, Л. П. Крившенко. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Юрайт-Издат, 2013. – 239 с. – ISBN. 5-94879-317-6.
6. Воликова, Т.В. Учитель и семья.– М.: Просвещение, 1980. – 111с.- ISBN 899601.
7. Фридман, Л.М. Психология воспитания. Книга для всех, кто любит детей. М., 2000. – 208с.- ISBN: 5-89144-057-1.
8. Харламов, И.Ф. Педагогика: учеб.пособие.3-е изд. - М.: Юрист, 1999.- с.- ISBN 5-8297-0004-2
9. Хмяляйнен, Ю. Воспитание родителей. - М.: Мысль, 1993.- 306с.- ISBN 5-09-003960-7

**Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Хабаровский колледж отраслевых технологий
и сферы обслуживания»**

**Нетрадиционные формы работы с родительской
общественностью по формированию навыков
здорового образа жизни в семье**

Автор: Колесник Ирина Владимировна, преподаватель

Целевая группа: родители и обучающиеся профессиональной образовательной организации.

Пояснительная записка

Семья – первичная ячейка общества, которой принадлежит основная общественная функция – воспитание детей. Известно, как важен для ребенка положительный пример близких ему людей: отца и матери, бабушки, дедушки, старшего брата или сестры. Дети очень впечатлительны и склонны к подражанию. Поведение взрослых в семье, их отношение к работе, явлениям окружающей общественной жизни становятся образцом для подражания. В семье дети получают свой первый социальный опыт, у них формируются привычки. Поэтому взаимодействие образовательного учреждения с родительской общественностью имеет огромный потенциал, который необходимо реализовывать.

Цель взаимодействия педагогов с родителями по вопросам формирования здорового образа жизни – это не передача им научных психолого-педагогических знаний, а формирование у них способности понимать потребности ребенка и обеспечить возможность удовлетворять их, и умения родителей анализировать собственную воспитательную деятельность по формированию здорового образа жизни у детей.

Основная цель: привлечение родительской общественности к формированию навыков ЗОЖ в семье.

Задачи:

1. Разработать мероприятия по работе с родителями обучаю-



щихся с применением интерактивных форм.

2. Организовать и провести мероприятия по здоровому образу жизни с участием родительской общественности.

3. Изучить эффективность проведенных мероприятий для родительской общественности и обучающихся по формированию ЗОЖ с помощью социально-психологического опроса и анкетирования.

Основные мероприятия:

1. Нетрадиционное родительское собрание (Приложение 1). Мероприятие будет проходить в форме круглого стола.

2. «Батл поколений» (Приложение 2). Предполагает проведение соревнования между родителями, детьми и педагогами.

Количественные показатели: предполагается привлечь к участию в мероприятиях более 40 % родителей обучающихся образовательного учреждения.

Качественные показатели: предполагается повышение количества родителей и обучающихся, вовлеченных в здоровый образ жизни и задействованных в мероприятиях образовательного учреждения.

Приложение 1

Методическая разработка: «Нетрадиционное родительское собрание»

Пояснительная записка

Молодое поколение в силу своих психологических особенностей подвержено влиянию пагубных привычек. В целях повышения результативности в ограждении молодого поколения от вредных привычек и привлечения их к здоровому образу жизни необходимо для профилактической работы привлекать родителей.

Родительское собрание в форме круглого стола поможет актуализировать знания родителей в вопросах формирования ЗОЖ и выработать пути работы с молодым поколением как родителям, так и образовательному учреждению.

Цель: повышение культуры родителей в вопросах формирования здорового образа жизни у детей.

Задачи:

1. Обозначить тенденции по работе с родителями и обучающимися по формированию навыков ЗОЖ.
2. Выявить причины, которые влияют на состояние здоровья детей как негативно, так и позитивно.
3. Способствовать формированию культуры общения родителей и детей.
4. Пропаганда здорового образа жизни.

Форма проведения: круглый стол.

Время проведения: 1 час.

Оборудование, технические средства: ноутбук, проектор, колонки, информационные плакаты, выставка литературы по теме собрания.

Расходные материалы: бумага формата А4, ручки (по количеству приглашенных родителей), информативные буклеты по борьбе с вредными привычками и развитию положительных навыков, чай пакетированный – 1 уп., кофе в пакетиках – 20 шт., печенье – 1 кг, конфеты – 2 кг.

План проведения родительского собрания.

- Организационный момент.
- Вступительное слово педагога.
- Вопросы для обсуждения.
- Составление памятки для родителей (в процессе обсуждения).
- Подведение итогов круглого стола.

Ход мероприятия:

Организационный момент

Вступительное слово педагога

Здравствуйте, уважаемые родители. Мы очень рады видеть вас. Наше собрание пройдет в форме круглого стола по теме «Формирование здорового образа жизни у детей». После окончания работы нашего круглого стола – приглашаем вас на чаепитие.

Вопросы для обсуждения



- Что такое здоровый образ жизни?
- Основные компоненты здорового образа жизни.
- Влияние образа жизни родителей на детей.
- Как начать вести здоровый образ жизни самому и привлечь ребенка?

Подведение итогов

Обсуждение материалов выставок, которые родители просмотрели до начала встречи. Вручение родителям памяток «Полезные советы для родителей по формированию у ребенка привычки к Здоровому Образу Жизни».

Приложение 2

Методическая разработка: «Батл поколений»

Пояснительная записка

Здоровье – это самое главное, что есть у нас. Необходимо стать примером для молодого поколения, показать им, как важно вести здоровый образ жизни. Только объединив силы педагогов и родителей, можно получить качественный результат.

Данное мероприятие предполагает соревнование между командами родителей, обучающихся и педагогов.

Цель: объединить усилия педагогов и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка и родителей, по формированию представлений об ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих.

Задачи:

1. Совершенствование связи родительской общественности с образовательным учреждением через совместные мероприятия.
2. Пропаганда здорового образа жизни.

Форма проведения: соревнование-эстафета.

Организаторы: преподаватель физической культуры, волонтеры.

Время проведения: 1-2 часа.

Место проведения: спортивный зал образовательного учреждения.

Оборудование, технические средства: ноутбук, колонки, микрофоны, информационные плакаты.

Расходные материалы: информативные буклеты, бумага формата А4, ручки, фломастеры, маркеры, 3 ватмана, 6 «половых тряпок», 3 конверта, карточки с названием ингредиентов, 3 надутых шара с длинной ниткой, бланки для ответов.

Ход мероприятия

Ведущий 1. Дорогие друзья! Позвольте открыть наше мероприятие «Батл поколений», посвященное здоровому образу жизни.

Сегодня в нашем соревновании принимают участие 3 команды, давайте их поприветствуем:

- Команда «Обучающихся». Они всегда в форме. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать темп командам (аплодисменты);

- Команда «Родителей». Бодрые и всегда готовые побеждать (аплодисменты);

- Команда «Педагогов». Жизнерадостные и неповторимые (аплодисменты).

И так мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости, эрудиции. Пусть девизом нашей сегодняшней встречи станут простые слова «Спорт поможет нам везде: и в учебе, и в труде!». Заниматься физкультурой полезно, весёлой физкультурой – вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а весёлым на два.

Ведущий 2. Итак, настало время представить жюри соревнования «Батл поколений» (представление жюри) После каждого этапа соревнования жюри будет подсчитывать баллы, и давать информацию о ходе конкурса. После последнего конкурса жюри объявит окончательные итоги соревнования. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов по сумме всех конкурсов. При равенстве баллов Жюри назначает дополнительное соревнование между капитанами команд. Наши конкурсы начинаются.

Конкурс 1. «Приветствие команд»



Название команды, девиз или слоган, выбор капитана команды, приветствие соперникам, жюри.

Критерии оценивания: организованность, дисциплина, творческий подход, форма одежды, спортивная обувь.

Конкурс 2. «Веселая разминка»

Каждая команда выстраивается в 2 колонны по 4 человека. Ведущий показывает движения под музыку, команды выполняют движения в зеркальном отображении.

Критерии оценивания: синхронность выполнения, правильность выполнения.

Конкурс 3. «Эстафеты с баскетбольным мячом»

Команды выстраиваются на своих исходных позициях в колонну, мяч у первого – по команде мяч передаётся:

А.) по верху, из рук в руки передаётся в конец колонны, последний с мячом перебегают в начало колонны;

Б.) По низу, мяч катить между ног в конец колонны, последний перебегают с мячом в начало колонны и передаёт мяч

В.) Первый передаёт мяч по верху, второй между ног, третий – по верху, четвёртый – между ног и т.д.

Встречная эстафета – Капитаны становятся лицом к своим командам, мяч у капитанов. По сигналу, капитан передаёт мяч первому в колонне, первый участник выполняет ведение мяча навстречу капитану и передаёт мяч из рук в руки и становится за капитаном, капитан выполняет передачу следующему участнику и т.д., так пока вся команда не выстроится за капитаном.

Критерии оценивания: за победу в каждой эстафете команда получает одно очко.

Конкурс 4. «Полотёры»

Каждый участник команды перемещается на половых тряпках, как на лыжах, до ориентиров и обратно по очереди. Чья команда быстрее закончит.

Критерии оценивания: за победу команда получает – 4 очка, за второе место – 3 очка, за третье – 2 очка, за четвертое – 1 очко.

Конкурс 5. «Вкусный обед»

Команды выбирают конверты с названием блюда. На столе лежат карточки с ингредиентами данных блюд. Каждый участник

команды приносят карточку с ингредиентом, подходящим для выбранного блюда. Капитан команды озвучивает ингредиенты, команды-соперники стараются угадать блюдо.

Критерии оценивания. Ответ принимается только при поднятой руке. За правильно угаданное блюдо команда может получить дополнительный балл. Победительницей считается команда, быстрее выбравшая необходимые ингредиенты. Команда-победительница получает 4 очка и т.д. по убывающей.

Конкурс 6. «Конкурс капитанов»

Капитаны привязывают воздушный шарик к голеностопному суставу и становятся вокруг центрального баскетбольного круга. По сигналу капитаны пытаются лопнуть ногой шар соперника. Как только шар лопают, конкурс останавливается и продолжается по свистку, капитан без шара выходит из конкурса.

Критерии оценивания: капитану, чей шар лопнули первым, присуждается 1 очко, и т.д., победителю – 4 очка.

Конкурс 7. «Эрудит»

Командам предлагается ответить на ряд интересных вопросов по здоровому образу жизни. Вопрос задает ведущий, команда записывает ответ в бланк. После бланк с ответами сдается жюри.

Вопросы:

- Какой должна быть первоначальная температура воды при закаливании?(32-33°С.)
- Какого витамина много в чёрном хлебе? (Витамина В.)
- Какой витамин сейчас включается в большинство кремов? (Витамин Е.)
- Сколько приёмов пищи должно быть в течение дня? (Четыре.)
- Что говорят друг другу при встрече? Что обозначает это слово? (Здравствуйте. Пожелание здоровья.)
- Назовите витамин роста и молодости. (Витамин А.)
- В каких единицах измеряется ценность пищи? (Калория)
- Способность организма противостоять действию повреждающих факторов, защитная реакция организма. (Иммунитет).
- Более половины энергетических потребностей организма покрывается за счет этих веществ, содержащихся в пище. (Углеводы)



- Что еще способствует укреплению стопы, кроме ходьбы на цыпочках и катания стопами круглы предметов? (Ходьба босиком).

- Такое сопровождение зарядки улучшает настроение, облегчает выполнение упражнений. (Музыкальное сопровождение).

- Как называются длительные физические упражнения, требующие большого количества кислорода? (Аэробные).

Вопрос-загадка:

Намочи его водой

Да потри его рукой

Как начнет гулять по шее,

Сразу ты похорошеешь. (Мыло).

- Эти клетки являются самыми чувствительными к вредному воздействию алкоголя. (Нервные клетки головного мозга).

- Что происходит с зубами человека под воздействием клейких смол, образующихся при курении? (Они желтеют).

- При курении часть гемоглобина крови соединяется с этим ядовитым газом. Назовите его. (Угарный газ).

Критерии оценивания: за каждый правильный ответ команде присуждается 1 очко.

Ведущий 1. Итак, наши конкурсы завершены. Слово предоставляется председателю жюри:

Председатель жюри: Внимание! Объявляем итоги соревнования «Батл поколений».

1 место _____

2 место _____

3 место _____

Награждение.

Ведущий 2. Всем спасибо за участие. За поддержку в трудный час. Пусть устали вы отчасти, но приятно видеть вас вместе, что еще для счастья надо, коль здоровье дарит спорт! Будьте счастливы и здоровы всегда!

**«СБОРНИК МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ
В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ХАБАРОВСКОГО
КРАЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ»**

Методическое пособие

Общество с ограниченной ответственностью Типография "Африка".
Юридический адрес: РФ, 690105, Приморский край, г. Владивосток, ул. Русская, 94а, помещение 36.
ИНН 2539061871. Тираж 100 экз.

**КГБУ «Хабаровский центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
680023, г. Хабаровск, проезд Трамвайный, д.5А.**

