

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 54 Советского района Волгограда»

Введен в действие
приказом директора
МОУ СШ №54
от «31» августа 2020г.
приказ № 226
Директор МОУ СШ №54
Н.А. Белибихина
«31» август 2020г.

Согласован
На Совете школы
протокол № 1
от «31» август 2020г.

Утвержден
решением Педагогического
совета МОУ СШ №54
протокол № 1
от «31» август 2020г.
Председатель педсовета
Н.А. Белибихина
«31» август 2020г.



Программа профилактики здорового образа жизни школьника

Возраст обучающихся: 9 – 17 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Педагог-психолог
Катишевская Е.Б

Волгоград, 2020

Пояснительная записка

В переходный период российского общества молодое поколение находится в очень сложной социально-психологической ситуации. В значительной мере разрушены прежние устаревшие стереотипы поведения, нормативные и ценностные ориентации. Молодые люди утрачивают ощущение смысла происходящего и не имеют определенных жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль. Молодежь и, особенно, подростки, находясь под воздействием хронических, непрерывно возрастающих интенсивных стрессовых ситуаций, не готовы к их преодолению и страдают от их последствий. Это побуждает искать средства, помогающие уходить от тягостных переживаний. В данной ситуации на первое место вышла наркотизация подростков, а также различные виды злоупотреблений психоактивными веществами и алкоголем.

Данная программа является всесторонней, переходя от информационных методов к образовательным. Создание данной программы является своевременной и необходимой.

Проблема

Неподготовленность молодежи к самостоятельной жизни, неумение активно строить свою жизненную позицию и добиваться при этом успеха приводит к росту молодежной преступности, вовлечению молодежи в различные, всплеску наркомании, раннему алкоголизму.

Цель комплексной программы

Социально-нравственное оздоровление молодежной среды.

Задачи

- Повышение уровня профилактической работы с подростками и молодежью, создание психотехнологий, направленных на развитие личностных ресурсов.
- Активизация разъяснительной работы с младшими школьниками, подростками, молодежью и родителями.
- Повышение самосознания учащихся школы через разнообразные формы работы.
- Развитие способностей и навыков высокоэффективного поведения и формирования стратегий в преодолении психологических кризисных ситуаций .
- Развитие системы организованного досуга и отдыха детей и подростков "группы риска".
- Усиление координации предупредительно-профилактической работы всех ведомств решающих данную проблем

Принципы программы:

- *доступность*: дети и их родители получают консультативную и отчасти лечебную помощь педагогов, психологов, врачей бесплатно;
- *анонимность*: любые виды помощи оказываются без фиксирования обратившихся, а тем более без оповещения каких-либо третьих лиц;

- *опосредованность*: работа по профилактике и преодолению зависимостей ведется без использования прямых мер по противодействию им.
- *системность*: системный подход к решению вопроса профилактики наркотической зависимости при взаимодействии с различными учреждениями системы профилактики

Формы, методы и приемы профилактической работы

1. Изучение физического и психического здоровья учащихся, перегрузок учащихся в учебной деятельности и их влияния на здоровье.
2. Тренинги по не прямой профилактике зависимостей, связанной с актуализацией основных жизненных ценностей и нахождением конструктивного выхода из конфликтных ситуаций как формы актуализации личности.
3. Подготовка диагностических материалов по проблеме для обсуждения на педагогических советах и родительских собраниях.
4. Работа в малых группах по отработке основных коммуникативных форм, норм общения, позволяющая найти свое новое положение в социуме.
5. Просвещение учащихся в области личной гигиены, антиалкогольная и антитабачная пропаганда, разъяснение последствий наркомании и СПИДа для человеческого организма.
6. Вовлечение учащихся в спортивно- оздоровительные объединения, привитие навыков здорового образа жизни.

Сроки реализации программы:

Данная программа рассчитана на два года реализации и будет проведена в период сентября 2011 года по август 2013 года.

Этапы реализации программы

I. Подготовительный этап

- Анализ состояния профилактической работы за учебный год.
- Диагностика трудностей и проблем.
- Обработка результатов.

II. Практический

- Реализация программы.
- Отслеживание результатов.
- Коррекция программы.
- Отработка технологий и методов работы.

III. Обобщающий

- Анализ и обобщение результатов.
- Соотнесение результатов с поставленными целями.
- Оформление и описание результатов.
- Выработка методических рекомендаций.
- Описание опыта работы по реализации программы.
- Формирование рабочей модели системы профилактической работы.

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Практические дела	Срок исполнения	Ответственные
Привлечение учащихся к культурно-досуговой деятельности (кружки, секции).	в течение учебного года	Социальный педагог, классные руководители, руководители кружков
Составление базы данных по учащимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям неблагополучного характера с целью последующей помощи им.	сентябрь	Классные руководители Социальный педагог
Комплекс мероприятий, проводимый в рамках Месячника профилактики правонарушений и наркозависимости.	октябрь-ноябрь	Социальный педагог, классные руководители, инспектор по делам несовершеннолетних, родительская общественность
Организация и проведение “Дней здоровья”.	в течение года	Классные руководители Учителя физкультуры
Беседы врача нарколога и терапевта с учащимися 7- 9-х классов (беседа со специалистами, мероприятия по профилактике употребления психически-активных веществ среди несовершеннолетних).	в течение всего периода	Социальный педагог Классные руководители
Анкетирование среди учащихся 5, 9 классов с целью контроля за их адаптацией к новым условиям обучения.	октябрь	Классные руководители Социальный педагог
Классные часы, посвященные результатам анкетирования.	октябрь	Социальный педагог Классные руководители
Совместно с инспектор по делам несовершеннолетних провести выборочное анкетирование среди учащихся с целью выявления уровня знаний о факторах риска.	октябрь	Классные руководители, инспектор по делам несовершеннолетних
Среди учащихся 5, 7, 9 классов провести анкетирование с целью выявления знаний и отношения детей разных возрастных групп к здоровому образу жизни.	ноябрь	Социальный педагог Классные руководители
Классные часы, посвященные результатам	ноябрь	Классные руководители

анкетирования.		
Конкурс рисунков (5 – 6 классы), посвященный Дню борьбы со СПИДом.	декабрь	Учитель ИЗО
Линейка “Наркотики: зависимость и последствия”.	декабрь	Заместитель директора по воспитательной работе
Участие в профилактической акции АНТИ – СПИД.	декабрь	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
Оформить выставки книг: “На улице – не в комнате, о том, ребята, помните”, “Берегите здоровье смолоду»	1 полугодие, по плану работы библиотеки	Библиотекарь
Подобрать материалы к родительским собраниям и классным часам по темам: “Режим дня школьника”, “Физическая активность и здоровье”, “Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек”, “ЗОЖ, закаливание”, “СПИД и его профилактика”, “Предупреждение алкоголизма, наркомании, табакокурения”, “Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вред гиподинамии”.	1 полугодие	Библиотекарь Социальный педагог Учитель биологии
Регулярно проводить классные часы, родительские собрания, анкетирование по проблемам ПАВ, беседы с детьми и родителями, консультации для родителей учащихся, имеющих отклонения в поведении и замеченных в употреблении ПАВ.	в течение периода реализации программы	Социальный педагог, инспектор по делам несовершеннолетних, классные руководители
Участие во Всероссийском уроке здоровья	апрель	Зам. директора по ВР, участковый врач, учителя физкультуры
Участие в легкоатлетическом кроссе, Спартакиаде школьников и других спортивных мероприятиях и акциях	по особому плану	учителя физкультуры
Проведение спартакиады по игровым видам спорта «Спортивные надежды Вологодчины»	по особому плану в течение года	учителя физкультуры
Подготовка и распространение специальных материалов антинаркотической направленности: буклеты, брошюры, социальная реклама.	в течение года	Социальный педагог, инспектор по делам несовершеннолетних
В целях контроля вести учет посещаемости школы детьми “группы риска”, контролировать их занятость во время каникул.	в течение года	Социальный педагог, инспектор по делам несовершеннолетних
Проводить заседания Совета профилактики правонарушений.	ежемесячно	Социальный педагог
Проводить рейды в семьи детей,	в течение года	Социальный педагог,

оказавшихся в социально-опасном положении.		инспектор по делам несовершеннолетних
Вести журнал взаимодействия специалистов по профилактике девиантного поведения учащихся.	в течение года	Социальный педагог
Организация выставок творческих работ учащихся по здоровому образу жизни.	в течение года	Классные руководители, Зам. директора по ВР
Провести беседы по здоровому образу жизни, отказе от курения, регулярном питании, о режиме дня, занятиях спортом.	в течение года	Работники здравоохранения Социальный педагог
Следить за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школе.	в течение года	Администрация школы
Обучение педагогических работников ОУ современным формам и методам своевременного выявления первичных признаков девиантного поведения и злоупотреблениями психоактивными веществами среди обучающихся.	в течение года	Зам. директора по ВР Работники здравоохранения Социальный педагог
Организация летней оздоровительной площадки дневного пребывания, посвящённой здоровому образу жизни	июнь - август	Зам. директора по ВР Работники здравоохранения учителя физкультуры
Утверждение плана работы совета профилактики школы	август	Зам. директора по ВР, социальный педагог
Привлечение учащихся к культурно-досуговой деятельности (кружки, секции).	в течение всего года	Социальный педагог, классные руководители, руководители кружков
Обновление базы данных по учащимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям неблагополучного характера с целью последующей помощи им.	сентябрь	Классные руководители, социальный педагог
Организация и проведение "Дней здоровья".	в течение года, постоянно	Классные руководители, учителя физкультуры
Комплекс мероприятий, проводимый в рамках Месячника профилактики правонарушений и наркозависимости среди несовершеннолетних.	традиционно, октябрь- ноябрь	Социальный педагог, классные руководители, инспектор по делам несовершеннолетних, родительская общественность
Анкетирование учащихся 5-9 классов с целью выявления отношения детей разного возраста к ПАВ.	ноябрь	Социальный педагог, классные руководители
Классные часы, посвящённые результатам анкетирования.	ноябрь	Социальный педагог, классные руководители
Беседы по профилактике правонарушений, профилактике наркомании, токсикомании среди подростков.	в течение года, постоянно	Социальный педагог, классные руководители
Беседы на общешкольных родительских собраниях по профилактике	в течение года, постоянно	Зам. директора по ВР, социальный педагог,

правонарушений, профилактике наркомании, токсикомании среди подростков		фельдшер, инспектор по делам несовершеннолетних
Индивидуальные беседы с родителями детей	в течение года	Социальный педагог, классные руководители,
Оформление информационного уголка «Осторожно, наркотики!»	декабрь	Совет старшеклассников
Проведение классных часов по темам: «Что ты знаешь о наркотиках?», «Как ты поступишь, если ...», «Наркотики и детство».	декабрь	Социальный педагог, классные руководители, инспектор по делам несовершеннолетних
Конкурс плакатов «Наркомания – это вред».	январь	Социальный педагог, учитель ИЗО
Тест для подростков: «Предрасположен ли ты к наркотикам?»	январь	Социальный педагог, классные руководители
Встреча с врачом «Предохрани себя»	январь	Социальный педагог
Просмотр видеофильма «Наркомания и дети»	февраль	Социальный педагог
Выставка литературы «Против наркомании»	февраль	Библиотекарь
Конкурс плакатов, посвященных здоровому образу жизни	февраль	Учитель физкультуры
Проведение Недели профилактики наркозависимости несовершеннолетних	март	Социальный педагог, классные руководители, инспектор по делам несовершеннолетних
Семинар для родителей 7-х классов «Как пережить опасный возраст?»	март	Социальный педагог, классные руководители,
Встреча учащихся с врачом наркологом «Наркомания, алкоголизм и подросток» (индивидуальная беседа с учащимися группы «риска»)	март	Социальный педагог, классные руководители
Проведение классных часов по темам: «Наркотики и алкоголизм – это зло!», « Не дай себе погибнуть!»	апрель	Социальный педагог, классные руководители
Диспут «Как противостоять вредным привычкам?», 7-8 классы	апрель	Социальный педагог, инспектор по делам несовершеннолетних, классные руководители
Организация встречи учащихся с инспектором по делам несовершеннолетних	апрель	Социальный педагог
Педсовет-практикум «Педагогические ситуации». Как избежать беды (суицид).	май	Зам. директора по ВР, социальный педагог,
Итоговое анкетирование учащихся с целью выявления отношения детей разного возраста к ПАВ.	май	Социальный педагог, классные руководители
Классные часы, посвященные результатам	май	Социальный педагог,

анкетирования.		классные руководители,
Классные родительские собрания. Родительский лекторий «Вредные привычки ребенка. Как им противостоять?»	май	Социальный педагог, классные руководители,
Посещение уроков «Работа с трудными учащимися на уроке».	в течение года	Зам. директора по ВР, социальный педагог
Рейд «Наши дети и улица»	в течение года	Социальный педагог, классные руководители
Работа телефона доверия	в течение года	Социальный педагог
Участие в легкоатлетическом кроссе, спартакиаде школьников	по особому плану	учителя физкультуры
Проведение Спартакиады по игровым видам спорта «Спортивные надежды Кубани»	по особому плану в течение года	учителя физкультуры
Индивидуальные беседы с учащимися, состоящими на внутришкольном учёте и учёте инспекции, с учениками, чьи семьи находятся в социально-опасном положении.	в течение года	Социальный педагог, инспектор по делам несовершеннолетних
Организация летней оздоровительной кампании	июнь - август	Зам. директора по ВР, социальный педагог, участковый врач
Анализ реализации программы, подведение итогов, разработка мероприятий на новый учебный год.	август	Зам. директора по ВР, социальный педагог

Прогнозируемый результат внедрения “Программы по профилактике наркотической зависимости и формированию здорового образа жизни”:

1. Использование в воспитательном процессе “Программы” должно привести к овладению основными знаниями и понятиями о значении здорового образа жизни, о последствиях приёма наркотиков, алкоголя и никотина, их влиянии на организм, о роли досуга в формировании образа жизни, об основных правилах личной безопасности и сохранения здоровья.
2. В ходе реализации программы учащиеся должны овладеть следующими умениями: применять основные приёмы улучшения и сохранения здоровья, активно и доброжелательно контактировать с людьми, реализовывать свои способности в одном из видов спорта, проявлять творческие способности в коллективно-творческих делах.
3. Использование спорта в качестве вывода человека из повышенного эмоционального состояния.

Ожидаемые результаты

- Подготовка школьников к самореализации в обществе в качестве полноценных граждан, способных оказывать позитивное влияние на социально-экономическую и общественно-политическую ситуацию в городе.
- Стабилизация, снижение темпов роста заболеваемости наркоманиями и другими видами зависимости от психотропных веществ.
- Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психотропных веществ

среди детей, подростков и молодежи.

- Формирование навыков здорового образа жизни и высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у подростков и молодежи.
- Развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.