

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ступишинская средняя общеобразовательная школа
имени Героя РФ С.Н. Морозова»**

Принято
на педсовете
протокол № 8
от 30 августа 2021г.

Утверждаю
Директор школы
_____ Е.М. Хейльман
Приказ № 50/19 от 31.08. 2021

**ПРОГРАММА
«Профилактика здорового образа жизни»
на 2021-2024 учебный год**

Разработчики:
Прохорова О.В., заместитель
директора по УВР
Хохрякова Е.А. , социальный педагог

Программа «Профилактика здорового образа жизни»

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 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 проблему.

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 непрямой профилактике зависимостей, связанной с актуализацией основных жизненных ценностей и нахождением конструктивного выхода из конфликтных ситуаций как формы актуализации личности.
3. Подготовка методических и анализирующих 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 три года реализации и будет проведена в период сентября 2020 года по август 2023 года.

Этапы реализации программы

I. Подготовительный этап (август-сентябрь 2021)

- Анализ состояния профилактической работы за предыдущие годы
- Диагностика трудностей и проблем.
- Обработка результатов.

II. Практический (2021 г.- 2024 г.)

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

III. Обобщающий (август 2024 г.)

- Анализ и обобщение результатов.
- Соотнесение результатов с поставленными целями.
- Выработка методических рекомендаций.
- Формирование рабочей модели системы профилактической работы.

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Практические дела	Срок исполнения	Ответственные
1.Привлечение учащихся к культурно-досуговой деятельности (предметные, творческие, спортивные студии, внеурочная занятость – посещение спортивной, художественной школ, школы искусств, творческих студии, секций и т.д.).	в течение учебного года	Социальный педагог, зам. директора по В/Р, классные руководители
2.Составление базы данных по учащимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям неблагополучного характера с целью последующей помощи им – социальный паспорт классов, гимназии	сентябрь	Классные руководители Социальный педагог
3.Организация и проведение “Дней здоровья”.	в течение года	Классные руководители Учителя физкультуры
4.Беседы врача нарколога и детского психотерапевта с учащимися 8,9,10-х классов по профилактике употребления психически-активных веществ.	в течение всего периода	Социальный педагог Классные руководители
5.Провести выборочное анкетирование среди учащихся с целью выявления уровня знаний о факторах риска.	декабрь	Классные руководители, социальный педагог
6.Среди учащихся 6, 7, 9 классов провести анкетирование с целью выявления знаний и отношения детей разных возрастных групп к здоровому образу жизни.	февраль	Социальный педагог Классные руководители
7.Классные часы, посвященные результатам анкетирования.	февраль	Классные руководители
8.Участие в профилактической акции «Будущее без наркотиков»	декабрь	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители Библиотекарь, социальный педагог
9.Выставки книг: “Мы за здоровый образ жизни», «Береги себя». Оформить	1 полугодие, по плану работы	

гимназические стенды «Мы выбираем здоровый образ жизни» в рамках проведения гимназической акции «Мы за ЗОЖ»	библиотеки	
10.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	Врач Учитель биологии
11.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
12.Участие во Всероссийском уроке здоровья	апрель	Зам. директора по ВР, классные руководители, учителя физкультуры, педагоги-организаторы, социальный педагог
13.Участие в легкоатлетическом кроссе, Спартакиаде школьников и других спортивных мероприятиях и акциях	по особому плану	учителя физкультуры
14.Проведение спартакиады по игровым видам спорта	по особому плану в течение года	учителя физкультуры Социальный педагог, классные руководители
15.Подготовка и распространение специальных материалов антинаркотической направленности: буклеты, брошюры, социальная реклама.	в течение года	
16.Гимназическое телевидение – социальные видеоролики, реклама, видеоматериалы по ЗОЖ	в течение года	Инженер компьютерного центра, классные руководители, социальный педагог
17.Учет посещаемости занятий учащимися “группы риска”, контроль их занятости во внеурочное время и время каникул.	в течение года	Социальный педагог, классные руководители

18.Проводить заседания Совета профилактики правонарушений.	ежемесячно	Социальный педагог
19Проводить рейды в семьи детей оказавшихся в социально-опасном положении по мере необходимости	в течение года	Классные руководители, зам. директора по ВР Медицинские работники гимназии, классные
20.Вести профилактическую карту по профилактике девиантного поведения учащихся (ВШУ, КДН и ЗП, ПДН)	в течение года	руководители, социальный педагог
21.Организация выставок творческих работ учащихся по здоровому образу жизни.	в течение года	Администрация школы
22.Провести уроки, классные часы по здоровому образу жизни, отказе от курения, регулярном питании, о режиме дня, занятиях спортом в рамках программы «Безопасный мир», акции «Мы за ЗОЖ»	в течение года	Зам. директора по ВР специалисты здравоохранения, КДН и ЗП, ПДН,
23.Следить за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школе.	в течение года	Социальный педагог Зам. директора по В/Р, педагоги-организаторы
24.Обучение педагогических работников ОУ современным формам и методам своевременного выявления первичных признаков девиантного поведения и злоупотреблениями психоактивными веществами среди обучающихся.	в течение года	учителя физкультуры
25.Организация летнего оздоровительного лагеря дневного пребывания для учащихся 1-5 классов	июнь	
26.Обновление базы данных по учащимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям неблагополучного характера с целью последующей помощи им.	ежеквартально	КДН и ЗП, социальный педагог
27.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
28.Анкетирование учащихся 7-9 классов с целью выявления отношения детей разного возраста к ПАВ в рамках акции «Мы за ЗОЖ»	ноябрь	Социальный педагог, классные руководители

29.Беседы, классные часы, мероприятия по профилактике правонарушений, профилактике наркомании, токсикомании, алкоголя среди подростков – в рамках плана В/Р (раздел «Работа по профилактике правонарушений и безнадзорности»)

30.Индивидуальные беседы с родителями учащихся (по мере необходимости)

Оформление информационных стендов по профилактике ЗОЖ	ноябрь, декабрь	Совет старшеклассников
31В рамках акции «Мы за ЗОЖ» проведение классных часов, тренингов, видеофильмов: «Знать, чтобы жить», «Научись говорить нет», «Мечта» и т.д.	декабрь	Социальный педагог, классные руководители, инспектор по делам несовершеннолетних
32.Тест для подростков: «Предрасположены ли ты к наркотикам?»	январь	Социальный педагог, классные руководители
33.В рамках месячника профилактики правонарушений, наркозависимости организовать встречи со специалистами наркоконтроля, СПИД-центра	октябрь	Социальный педагог, классные руководители
34.Встреча учащихся 9-10 классов с врачом-дерматовенеролом, детским психотерапевтом	март	Социальный педагог, классные руководители
35.Семинар для родителей 7-х классов «Как пережить опасный возраст?»	март	Зам. директора по В/Р, психолог, классные руководители,
36.Встреча учащихся с врачом наркологом «Наркомания, алкоголизм и подросток» (индивидуальная беседа с учащимися группы «риска»)	март	Социальный педагог, классные руководители
37.Диспут «Как противостоять вредным привычкам?», 7-8 классы	апрель	Социальный педагог, инспектор по делам несовершеннолетних, классные руководители
38.Скоро каникулы - встречи учащихся с инспектором по делам несовершеннолетних	май	Социальный педагог
39.Итоговое анкетирование учащихся с целью выявления отношения детей разного возраста к ПАВ.	май	Социальный педагог, классные руководители
40.Посещение уроков «Работа с трудными учащимися на уроке».	май В течении года	Социальный педагог, классные руководители, Классные руководители,
41.Рейд «Наши дети и улица»		Зам. директора по ВР, социальный педагог
42.Работа телефона доверия		Социальный педагог, классные руководители, инспектор ПДН
43.Организация летней оздоровительной кампании	июнь - август	Социальный педагог
44.Анализ реализации программы, подведение	август	Зам. директора по ВР, социальный педагог, участковый врач
		Зам. директора по ВР,

итогах, разработка мероприятий на новый учебный год.		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.