

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 1 г.Новокубанска муниципального  
образования Новокубанский район**

# **Социальный проект на тему: «Мы за здоровый образ жизни»**

**Выполнил:  
Авдиенко Елена Владимировна  
учитель физической культуры**

**г.Новокубанск  
2015**

# Информационная карта проекта

<i>Название проекта</i>	<b>«Мы за здоровый образ жизни»</b>
<i>Территория реализации проекта</i>	средняя общеобразовательная школа № 1
<i>Тип проекта</i>	Краткосрочный
<i>Сроки реализации</i>	1 неделя 2014 года
<i>Участники проекта</i>	Учащиеся 5-11 классов (11-17 лет), педагоги, классные руководители, родители
<i>Направление проекта</i>	Содействие в сохранении и укреплении здоровья обучающихся, формирование навыков здорового образа жизни
<i>Краткое содержание проекта</i>	<p>В основе идеи проекта лежит комплексный подход, сочетающий в себе организацию мероприятий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, ребятами волонтерского отряда, которые на личном примере пропагандируют здоровый образ жизни, показывая его преимущества при помощи акций, тематических выступлений, конкурсов.</p> <p>Волонтеры самостоятельно создают буклеты, презентации, социальные видеоролики по профилактике наркомании и пропаганде здорового образа жизни и предлагают свои работы обучающимся.</p>
<i>Ресурсы проекта</i>	<p><u>Кадровые:</u> психолог, педагоги, классные руководители, медработник</p> <p><u>Материально-финансовые:</u> грамоты, канцтовары, мультимедиа аппаратура, справочники по теме, интернет</p>

# Общая статистика по алкоголизму, наркомании и табакокурению в России

- В стране насчитывается 12 миллионов злоупотребляющих алкоголем, около 4,5 миллиона наркоманов и пробовавших наркотики и более 1 миллиона беспризорников и детей, оставшихся без попечительства родителей или проживающих в неблагополучных семьях;
- Число умерших от передозировки наркотиков составляет 9,6 тысяч в год (данные на 2012);
- В 2012 году ежедневно употребляли спиртные напитки около 33% процентов юношей в возрасте до 20-ти лет и около 20% девушек того же возраста (в настоящее время-возрастная группа 14-15 лет);
- Последние исследования утверждают, что курить начинают уже в 10-12-летнем возрасте, а первый опыт «пробы» сигарет и того раньше – до семи лет

Проблемные вопросы:  
Почему люди болеют? От  
чего зависит здоровье  
человека? Как сохранить  
здоровье? Можно ли быть  
здоровым?

# Актуальность проекта

обусловлена низким уровнем побуждений школьников к ведению здорового образа жизни, что снижает эффективность здоровьесберегающей среды школы

# Цели и задачи проекта

**Цель проекта:** провести ряд мероприятий, направленных на формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников

# Задачи проекта:

- повышение компетентности школьников в вопросах здоровья и здорового образа жизни;
- воспитание ценностного отношения школьников к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- активная пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика правонарушений, беспризорности и безнадзорности;
- формирование и развитие социально-коммуникативных, творческих и организаторских навыков;
- воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью.
- формирование культуры здорового образа жизни;
- обеспечение свободы выбора при максимальной информации;
- сформировать сплоченный деятельный коллектив волонтеров;
- снизить количество учащихся, состоящих на внутришкольном учете и учете в ОДН

# Механизм реализации проекта

Создание благоприятного психологического климата в общении между учениками, учениками – преподавателями, преподавателями - родителями.

Вовлечение учащихся во внеклассные мероприятия, воспитывающие культуру общения, способствующие обогащению их духовного мира



# Этапы работы:

1. **Организационный:** создание волонтерской команды.
2. **Обучающий:** обучение волонтеров навыкам первичной профилактики и пропаганды ЗОЖ.
3. **Проектирование, подготовительный:** планирование мероприятий по пропаганде волонтерского движения.
4. **Реализация проекта:** реализация деятельности по блокам.
5. **Рефлексия, подведение итогов:** анализ работы, определение перспективы её внедрения в школе

## 1. Организационный этап

Создание функциональной и инфраструктурной системы поддержки/развития школьного волонтерства на базе учебных заведений.

Такая система должна включать:

- **доступную и мотивирующую информацию о волонтерстве для школьников** (яркие примеры, видео фильмы и презентации, отклики получателей добровольческой помощи и услуг школьников, результаты добровольческих акций и проектов и пр.);
- **информацию о свободных местах для добровольческой работы школьников** (добровольческих вакансиях);
- **информацию о тех возможностях, которые предоставляют НКО для волонтеров, участвующих в их деятельности** (дополнительные знания и навыки, а также полезные контакты, возможности экспериментировать и творить, реализовывать собственные инициативы)

## 2. Обучающий этап

Двухдневная обучающая блиц программа «Быстрый старт».

- **Участники:** планируемое количество участников не менее 12 и не более 20.
- **Содержание:** обучение основам социального проектирования, взаимодействию, командообразованию; изучение методов, технологий по первичной профилактике и пропаганде ЗОЖ.
- **Результаты:**
- Участники группы обучения получили базовые знания и навыки в области социального проектирования, командообразования, формирования у учащихся общеобразовательных школ увлеченности идеями добра и красоты, духовного и физического совершенствования.
- Группа мотивирована и заинтересована в осуществлении самостоятельных действий. Выявлен лидер группы.
- Участниками группы обучения разработан проектный замысел:
- «Мы за здоровый образ жизни!»

Проблема: нездоровый образ жизни подрастающего поколения

### 3. Подготовительный этап

Включает в себя исследование возможных вариантов решения проблемы низкой мотивации школьников к ведению здорового образа жизни, планирование, определение источников информации (справочная литература, интернет, беседы с учителями, родителями), оповещение активов.

Составление и согласование организационного плана совместных действий с общеобразовательной школой в вопросах сохранения и укрепления здоровья учащихся, подбор информации, сценариев по теме проекта

## 4. Реализация проекта

**1 день - Торжественное открытие недели  
«Мы за ЗОЖ»**

- линейка, посвященная открытию недели
- оформление стенда о ЗОЖ (график мероприятий, стихотворения, рисунки)
- выпуск радиопередачи
- показ роликов социальной рекламы

## 2 день - День спорта

- каждый класс на перемене показывает комплекс спортивных упражнений (оценивается позитивный настрой, синхронность, массовость)
- игра Счастливый случай «Разговор о правильном питании», лекция медработника «Здоровое питание»



# 3 день

- конкурс плакатов, рисунков совместно с родителями «Мы и спорт», «Мы за ЗОЖ»

- конкурс, листовок, буклетов «Мы выбираем спорт»



## 4 день

- семинар-тренинг «Умей сказать НЕТ»
- конкурс на лучшее эссе "Школа - территория здоровья учеников»
- конкурс на лучший лозунг, кричалку, стихотворение о ЗОЖ





## 5 день

Поиск сказок и мифов, иллюстрирующих важность и необходимость принятия процедур с целью повышения интереса к назначаемым процедурам среди школьников – итог: проведение музыкально-театрализованного мероприятия с представлением мифов «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить!»



## 6 день

- Весёлые старты «Папа, мама, я – спортивная семья».
- «А ну-ка мальчики»
- Эстафета между учащимися 5-11 классов

## **7 день**

**Подведение итогов,  
награждение классов  
и самых активных  
участников**

**В течение всей недели  
социальный педагог с  
классными  
руководителями  
проводят классные  
часы:**

<b>Классный час</b>	<b>Участники</b>	<b>Дата</b>
<b>«Здоровье - бесценное богатство»</b>	5-6 классы	1 день
<b>«Курить – здоровью вредить»</b>	5-6 классы	2 день
<b>«Вредные привычки и закон»</b>	7-8 классы	3 день
<b>«Твое здоровье в твоих руках»</b>	7-8 классы	4 день
<b>«Будущее без наркотиков»</b>	9-11 классы	5 день
<b>«Алкоголь-враг здоровья»</b>	9-11 классы	6 день
<b>Подведение итогов</b>		7 день

## 5. Рефлексия

Выбор обучающимися лучших мероприятий недели «Мы за ЗОЖ» путём голосования. Произвести оценку результатов проекта, сделать выводы и опубликовать отчет в доступных формах, распространить идею проекта в образовательной среде

## Ожидаемые результаты:

- повышение уровня знаний школьников по вопросам здорового образа жизни, повышение мотивации к двигательной активности;
- увлеченность детей идеями добра и красоты, духовного и физического совершенствования;
- изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;
- повышение уровня информированности о проблемах никотиновой, алкогольной и наркотической зависимости посредством проведения мероприятий, а также распространения буклетов, информационных листов, плакатов, рисунков;
- уменьшение числа школьников бесцельно проводящих своё свободное время;
- увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных кружках и секциях;  
- повышение удовлетворенности школьников и их родителей здоровьесберегающей средой в ОУ;
- привлечение детей и подростков к общественно значимой деятельности и уменьшение количества несовершеннолетних состоящих на внутришкольном учете и на учете в ОДН

# Финансирование

Внебюджетные средства:

- спонсорская помощь,
- помощь родителей, педагогов или предоставление оборудования

# Приложения

## Классный час «Будущее без наркотиков» 9-11 класс

### Цели:

- способствование формированию знаний о вреде наркомании
- способствование росту самосознания и самооценки

### Задачи:

1. Формировать отрицательное отношение к наркотическим веществам и последствиям их употребления.
2. Формировать и развивать положительное отношение к жизненным ценностям.
3. Формировать чувство ответственности за совершаемые поступки.
4. Воспитывать культуру поведения, чувство коллективизма

### Оборудование:

Презентация, плакаты, рисунки учеников, видеоролик о вреде наркотиков.

# Ход классного часа

## 1. Вводное слово социального педагога

## 2. Основная часть

а) Анализ рисунков

б) Просмотр видеоролика о вреде употребления наркотиков

в) Доклады:

- *Что такое наркомания?*
- *Отчего люди становятся наркоманами?*
- *Кто такой наркоман?*
- *Какие изменения происходят с людьми, употребляющими наркотики?*
- *Почему попробовав 1 раз наркотик человек навсегда становится наркоманом?*
- *Почему преступления часто совершают наркоманы?*
- *Являются ли курение и алкоголь наркотиками?*
- *Как в нашей стране борются с наркоманией?*

## 3. Заключительная часть, подведение итогов

(Как же избежать наркомании?)



# Список литературы

1. Абросимова, М.Ю. *Здоровье молодёжи* / М.Ю.Абросимова и др. – Казань: «Медицина», 2007. - 220 с.
2. Гафаров В.В. *Личность и ее взаимодействие с социальной средой: непроторенная дорога* / В.В. Гафаров и др. – Новосибирск: Изд-во СОРАН, 2008. – 280 с.
3. *Здоровье в руках человека.* В.И. Захаров, Кишинев.: «Штиинца», 1975г.
4. Назарова, Е.Н. *Здоровый образ жизни и его составляющие* / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилков. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 256 с.
5. *Счастье быть здоровым* / под ред. С.А.Муравьёв, Г.А.Макарова. – Екатеринбург: «Фотек», 2009. - 120 с.
6. *Использованы материалы Интернет ресурсов:*  
<http://www.6school.ru/health/zog.html> - Статья «Новое поколение выбирает ЗОЖ»  
<http://www.6school.ru/health/zog.html> - Статья «Школа за здоровый образ жизни» в разделах: Внеклассная работа, Школьная психологическая служба, Социальная педагогика.

**Спасибо за  
внимание!**

