

Принято на заседании педагогического совета  
«28» августа 2023 года

**Утверждено:**

Приказ № 311 от «28» августа 2023 года

**Рудольская  
Марина  
Ивановна**

Подписано цифровой подписью: Рудольская Марина Ивановна  
DN: c=RU, st=Удмуртская Республика, title=Директор,  
o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ИЖЕВСКИЙ  
ЕСТЕСТВЕННО-ГУМАНИТАРНЫЙ ЛИЦЕЙ "ШКОЛА-30",  
1.2.643.100.3=12083036303537383634333733,  
1.2.643.3.131.1.1=120С313833343637303138313138,  
email=iegl-30@udm.ru, givenName=Марина Ивановна,  
sn=Рудольская, cn=Рудольская Марина Ивановна  
Дата: 2023.08.30 13:58:57 +04'00'

**Программа работы  
по противодействию и профилактике вредных привычек,  
формированию здорового образа жизни,  
профилактике табакокурения, употребления алкоголя  
и наркотических средств**

**Срок реализации 2023-2028 годы**

Составители:

Вяткина А.А., социальный педагог  
Крысова М.Ф., заместитель директора по ВР

## Пояснительная записка

### Базовые понятия:

Физическое здоровье характеризуется отсутствием каких – либо функциональных отклонений, гармоничностью физического развития.

Психическое здоровье характеризуется нормальным протеканием психических процессов и включает самодостаточность личности, самопонимание, самовосприятие, саморазвитие личности в контексте взаимодействия с окружающими людьми в условиях социальных, культурных, экономических и экологических реальностей.

Нравственное здоровье характеризуется преобладанием в структуре личности гуманистических ценностей: Человек, Семья, Отечество, Труд, Знания, Культура, Мир, Земля.

### Цель программы:

формирование у учащихся здорового образа жизни, профилактика вредных привычек: табакокурения, употребления алкоголя и наркотических средств.

### Основополагающие принципы программы:

- Принцип системности и целостности развития - объяснительный принцип научного познания, требующий исследовать явления в их зависимости от внутренне связанного целого, которое они образуют, приобретая благодаря этому присущие целому новые свойства.
- Принцип природосообразности - педагогический принцип, согласно которому воспитатель в своей деятельности должен руководствоваться факторами естественного, природного развития ребёнка.
- Принцип самоактуализации и самореализации - непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей и талантов, более полное познание и, стало быть, принятие своей собственной изначальной природы.
- Принцип единства сознания и деятельности - деятельность и сознание – не два в разные стороны обращенных аспекта, они образуют органическое целое – не тождество, но единство.
- Принцип непрерывности и преемственности - означает преемственность между всеми ступенями обучения и воспитания.
- Принцип дифференциации и индивидуализации обучения и развития - сущность принципа индивидуального подхода состоит в учете индивидуальных особенностей учащихся в учебном процессе с целью активного управления ходом развития их умственных и физических возможностей. Индивидуальный подход предполагает всестороннее изучение учащихся и разработку соответствующих мер педагогического воздействия с учетом выявленных особенностей.
- Принцип личностно – ориентированного подхода в развитии и сохранении здоровья - сущностью образовательного процесса, т.е. процесса обучения, воспитания и развития, становится целенаправленное превращение социального опыта в опыт личностный, приобщение обучаемых ко всему богатству человеческой культуры.
- Системообразующий принцип – «гармония здоровья» ученического и педагогического коллективов, в основе которого лежит общечеловеческая потребность «быть здоровым».

### **Функции программы:**

1. Развивающая – направлена на стимулирование положительных изменений в личности ребенка и педагога, поддержку процессов самовыражения, способностей детей и взрослых, обеспечение развития педагогического и ученического коллективов.
2. Защитная – направлена на повышение уровня социальной защищенности учащихся и педагогов, нейтрализацию влияния негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития.
3. Компенсирующая – направлена на создание условий в лицее для компенсации недостаточного участия семьи и социума в обеспечении жизнедеятельности ребенка, раскрытия и развитии его склонностей и способностей.
4. Корректирующая – направлена на осуществление педагогически целесообразной коррекции поведения и общения школьника с целью уменьшения силы негативного влияния на формирование его личности.

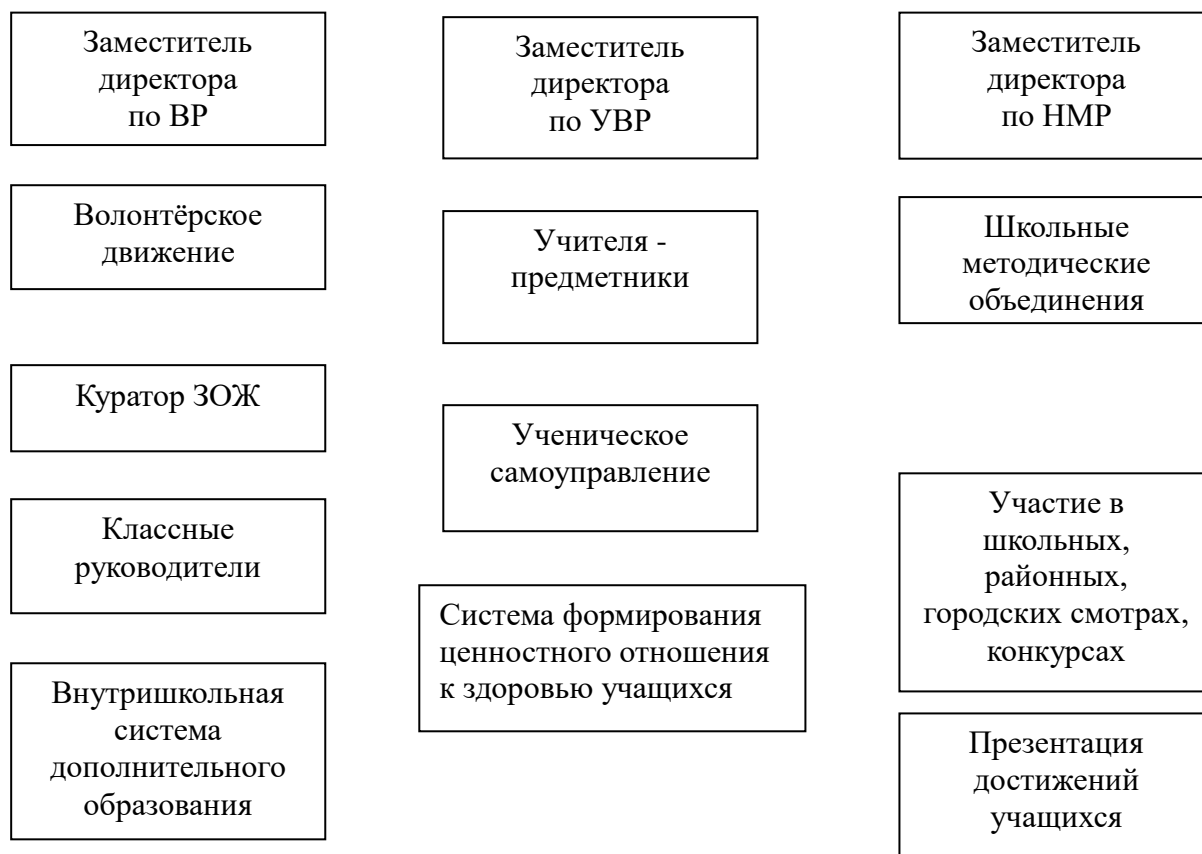
Совокупным субъектом развития системы программы являются как традиционные (учащиеся, педагоги, родители), так и нетрадиционные (медицинские работники) участники образовательного процесса. В основе активизации и интеграции их деятельности лежат:

- принятие «ценности здоровья» на личном и коллективном уровнях
- понимание учащимися гармонии собственного здоровья и здоровья окружающих гуманизирует отношения на разных уровнях (между учащимися различных возрастных групп, между учащимися и педагогами, медиками, между учащимися и родителями)
- создание благоприятной микро– и макро среды, обеспечивающей физическое, психическое и нравственное здоровье
- формирование культуры здоровья учащихся предполагает использование ценностного управления развитием воспитательной системы.

### ***Ожидаемые конечные результаты программы:***

- Формирование активной жизненной позиции участников программы.
- Формирование потребностей детей и взрослых в ведении здорового образа жизни.
- Развитие творческих возможностей участников программы через их активную позицию по пропаганде ЗОЖ и профилактике СЗЗ.
- Содействие внедрению в практику образования и воспитания школьников научных исследовательских достижений передового педагогического опыта в области пропаганды ЗОЖ и профилактики СЗЗ.
- Совершенствование теоретических знаний, умений и навыков по профилактике вредных привычек и пропаганде ЗОЖ у волонтерского отряда. Умение применять теоретические знания в практической деятельности.

## Структура функционирования и развития системы программы:



## Содержание проблемы и обоснование необходимости ее решения программными методами

Наиболее серьезные социальные проблемы и проблемы здравоохранения, распространенные в наше время, вызваны, как показывают исследования, в большей степени особенностями поведения, образом жизни, сформировавшимися в подростковом возрасте.

Недостаточное внимание образовательного и воспитательного процесса в школах к медицинским, гигиеническим и социально – психологическим проблемам детей, подростков и юношества в значительной мере снижает общий уровень здоровья населения, а так же, успехи при получении образования.

В программе предполагается внедрение в учебный и воспитательный процесс мероприятий, формирующих:

- позитивное отношение к здоровому образу жизни
- мотивацию на ведение разумного, осознанного здорового образа жизни
- знания о культуре здоровья
- понятие о необходимости выбора жизненных ценностей, потребность соотносить с их общечеловеческими
- высокий уровень доверия к окружающему миру
- активную позицию школы в участии в смотрах, фестивалях, спортивных соревнованиях и других мероприятиях школы, района, города.

Через проведение мероприятий для школьников и работников системы образования в рамках программы будет формироваться осознанное отношение к своему здоровью, а в дальнейшем – развитие потребности в ЗОЖ.

Одним из самых эффективных способов профилактики является включение в эту деятельность самих подростков. Для этого создаются волонтерские отряды. Волонтер – это человек, осуществляющий благотворительную деятельность в форме безвозмездного труда, они предлагают своим сверстникам вести здоровый образ жизни. ЗОЖ – это система отношений человека к себе, к миру, осознание им предназначения своей жизни, принятие ответственности за свое здоровье, активная творческая жизнь. Подростки – волонтеры должны обладать не только авторитетом в среде сверстников, но и еще обладать организаторскими и коммуникативными возможностями, теоретическими знаниями о безопасном поведении.

Массовые мероприятия среди участников программы направлены на создание благоприятных организационных, методических, информационных условий для развития волонтерского движения и оздоровительно – спортивного направления.

Основная цель проведения оздоровительно – спортивных мероприятий – это популяризация занятий физической культурой и спортом посредством организации активного отдыха учащихся лица.

Оздоровительно – спортивные мероприятия создают условия для самореализации детей в своих физических возможностях, повышают их социальную активность, укрепляют здоровье.

**Программа строится с учетом ценностных ориентаций в различных сферах:**

- Человек и окружающая среда. Приоритетом для обсуждений, ознакомления и осмысления являются глобальные проблемы человечества. Проблема сохранения и развития здоровья человека не выделяется, но всегда находит отражение при рассмотрении практически всех проблем. Важно, не забывая о формировании мировоззрения, развивать в воспитательной работе навыки экологически оправданного и грамотного поведения в окружающем мире.
- Сферы разумного и неразумного в поведении человека как факторы здоровья. В основу работы в этом направлении положен богатейший опыт общечеловеческой и отечественной культуры. Познание добра и зла в их культурологическом, а не только бытовом представлении, дает ребенку свободу выбора в поведении и деятельности.
- Духовное совершенствование человека в условиях оптимизации природного и социального окружения. Личностная оценка и самооценка, опирающаяся на общечеловеческие ценности, позволяют выработать индивидуальные способности, проявляющиеся в различных видах деятельности.
- Большое внимание в последние годы уделяется питанию школьников. И не случайно. Здоровое питание школьника – один из основополагающих моментов здорового образа жизни и, следовательно, сохранения и укрепления здоровья. Это существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма. Рациональное здоровое питание обеспечивает гармоничное физическое и нервно – психическое развитие детей, повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям и устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды. Именно поэтому возникает необходимость целенаправленной работы в этом направлении школы, реализации внутришкольных программ по пропаганде здорового образа жизни.

Программа предполагает разнообразные **методы и формы**, она связана с активизацией внеурочной деятельности:

- через творческие внеурочные формы обучения: предметные недели, конкурсы, олимпиады, турниры и т.д.
- через работу кружков, секций, клубов.
- через регулярную культурно – массовую работу, посещение театров, музеев, выставок.

Краеведческие экскурсии, выезды в театр, занятия в спортивных комплексах, прогулки на лыжах в лесной зоне, туристические походы, занятия в кружках и спортивных секциях, научно – исследовательская деятельность – вот неполный перечень того, что заполняет жизнь лицеиста.

**Ресурсы**, обеспечивающие функционирование и развитие программы:

- Исследовательские (диагностика состояния и эффективности воспитательного процесса)
- Кадровые
- Ресурсы внешней среды (связь с учреждениями ДО)
- Взаимодействие и сотрудничество ученического, педагогического и родительского сообществ
- Преподавание спецкурсов

### **Формы организации программы**

Системообразующими в лицее стали несколько видов деятельности:

1. Эколого – биологическая
2. Коллективно – творческая
3. Спортивно – оздоровительная
4. Проектная
5. Социальная активность

### **Родители в системе программы**

Важнейшим организационным педагогическим условием успешной работы по формированию устойчивой потребности в здоровом образе жизни учащихся является работа с родителями, цель которой – сделать их союзниками педагогов. Охрана здоровья учащихся дома требует благоприятного психологического климата, повседневного выполнения режима дня, полноценного питания, активного пребывания на воздухе т.д.

## Система программных мероприятий

№	Проводимое мероприятие	Ответственные
<b>Сентябрь</b>		
1.	Выборы детского актива. Обучение актива.	Советник по воспитанию
2.	Спортивно – оздоровительный праздник «30 – ка за ЗОЖ», 1 – 11 классы	Учителя физкультуры
3.	Осенние походы классов на природу	Классные родит.комитеты
<b>Октябрь</b>		
1.	Старт фестиваля классных коллективов на «Самый здоровый класс»	советник по воспитанию
2.	Фестиваль волонтерского творчества	Рук-ль волонтерского отряда
3.	Вручение «Паспортов здоровья» 1 классам	советник по воспитанию
<b>Ноябрь</b>		
1.	Конкурс рисунков по профилактике ПАВ и пропаганде ЗОЖ	Учитель ИЗО
2.	Акция «Стоп, сигарета!»	Рук-ль волонтерского отряда
3.	Выход инспектора ОДН на родительские собрания с беседами Ознакомление с административными законами РФ несовершеннолетних учащихся школы по профилактике курения, алкоголизма, наркомании, употребления вейпов (по совместному плану с ПДН)	Социальный педагог
<b>Декабрь</b>		
1.	День волонтера	советник по воспитанию
2.	Акция «День волонтера!», агитбригады по теме: «Нет алкоголю и наркотикам, я выбираю ЗОЖ»	Рук-ль волонтерского отряда
3.	Акция «Всемирный День борьбы со СПИДом»	Рук-ль волонтерского отряда
<b>Январь</b>		
1.	Конкурс агитбригад среди волонтеров	советник по воспитанию
2.	Конкурс волонтеров «Лидер здоровья»	Рук-ль волонтерского отряда
<b>Февраль</b>		
1.	«Марафон здоровья», серия мероприятий, направленных на формирование культуры здорового образа жизни и профилактику употребления ПАВ	Социальный педагог, советник по воспитанию
2.	Интеллектуальные игры по ЗОЖ в 5-7 классах (Быть здоровым – это модно (включает блоки о питании, вредных привычках, спорте, факторах, влияющих на здоровье человека)	советник по воспитанию
<b>Март</b>		
1.	Оформление стендов «Спорт, здоровье, красота», «Питайся правильно!», «И снова ЗОЖ!»	советник по воспитанию
2.	Конкурс «Волонтер лица»	Рук-ль волонтерского отряда
<b>Апрель</b>		
1.	Всемирный день здоровья 7 апреля	советник по воспитанию
2.	Выход инспектора ОДН на родительские собрания с беседами Ознакомление с административными законами РФ несовершеннолетних учащихся школы по профилактике	Социальный педагог

	курения, алкоголизма, наркомании, употребления вейпов (по совместному плану с ПДН)	
3.	Оформление фото – газет, портфолио волонтеров, электронных портфолио детских организаций за ЗОЖ и делах лица	советник по воспитанию
<b>Май</b>		
1.	Режим проветривания классных комнат и коридоров	Классные руководители
2.	Лагерь детского актива	советник по воспитанию
3.	Участие в семинарах, конференциях для руководителей волонтерских отрядов, кураторов ЗОЖ	советник по воспитанию, рук-ль волонтерского отряда
4.	Организация мероприятий для начальной школы волонтерами	рук-ль волонтерского отряда