

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ №148

УТВЕРЖДЕНО

приказом MAOY – COШ № 148

от «22» 09 2019 № 98 - 0

Директор

/Т.С. Сурмятова/



**«БЕРЕГИ ЗДОРОВЬЕ СМОЛОДУ»**

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ**

**НАРКОМАНИИ, АЛКОГОЛИЗМА, ТАБАКОКУРЕНИЯ, СПИДА,**

**ПАВ**

**среди обучающихся MAOY – COШ № 148**

**г. Екатеринбург**

**2019**

## Паспорт программы

<i>Название программы</i>	« Береги здоровье смолоду». Программа по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа, ПАВ среди обучающихся МАОУ – СОШ № 148
<i>Основание разработки программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конвенция о правах ребенка;</li> <li>• Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 г.;</li> <li>• Федеральный закон от 29. 12. 2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>• Федеральная программа развития образования на период до 2020 г.;</li> <li>• Основы законодательства РФ «Об охране здоровья граждан» (ст. 17, 20, 24);</li> <li>• Концепция модернизации российского образования на период до 2020 г.;</li> <li>• Концепция охраны здоровья здорового человека в РФ;</li> <li>• Федеральный закон от 8 января 1998 г. N 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»;</li> <li>• Концепция образовательной программы «Разработка региональной системы профилактики злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ) детьми и молодёжью», 2002 г.</li> <li>• Постановление Правительства РФ от 29.12.2002 № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».</li> <li>• Федеральный закон от 24.06.1999г. №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (ред. 23.07.2008);</li> <li>• Областной закон от 28 ноября 2001 года №58-ОЗ «О профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Свердловской области»;</li> <li>• Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002).</li> </ul>
<i>Учредитель программы</i>	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение - средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №148
<i>Организация исполнитель</i>	МАОУ-СОШ №148, город Екатеринбург
<i>Разработчик программы</i>	Голованова Е.С., заместитель директора по учебной работе и правовому регулированию
<i>Сроки реализации программы</i>	2019 -2020 учебный год 2020 – 2021 учебный год 2021 – 2022 учебный год

<p><i>Этапы реализации программы</i></p>	<p>I. Подготовительный этап (сентябрь - октябрь 2019 г.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ состояния профилактической работы за 2019 – 2020 учебный год.</li> <li>• Составление программы</li> </ul> <p>II. Практический (ноябрь 2019 года - июнь 2020 года; ноябрь 2019 года - июнь 2020 года ноябрь 2019 года - июнь 2020 года)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Реализация программы и отслеживание результатов.</li> <li>• Коррекция программы на 2020-2021 учебный год.</li> <li>• Коррекция программы на 2021-2022 учебный год.</li> </ul> <p>III. Обобщающий (август 2020 года - август 2021 года; август 2021 года - август 2022 года)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ и обобщение результатов.</li> <li>• Корректировка программы на будущий 2020-2021 учебный год</li> <li>• Корректировка программы на будущий 2021-2022 учебный год</li> </ul>
<p><i>Направление реализации программы</i></p>	<p>Системная работа по профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа, ПАВ среди обучающихся может быть представлена в виде шести взаимосвязанных блоков:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения;</li> <li>• реализация программы в урочной деятельности;</li> <li>• рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся;</li> <li>• организация физкультурно-оздоровительной работы;</li> <li>• организация воспитательной работы;</li> <li>• организация просветительской работы с родителями (законными представителями).</li> </ul>
<p><i>Участники реализации программы</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- заместитель директора по учебной работе и правовому регулированию;</li> <li>- заместитель директора школы по воспитательной работе;</li> <li>- педагог-психолог;</li> <li>- педагоги дополнительного образования;</li> <li>- классные руководители;</li> <li>- медицинские работники;</li> <li>- учащиеся 1-11 классов и их родители;</li> </ul>
<p><i>Назначение программы</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Просвещение и информирование детей, подростков и молодежи в области ВИЧ/СПИД, предупреждение различных форм зависимостей.</li> <li>- Формирование компетентности у педагогических работников по вопросам профилактики различного рода зависимостей, ВИЧ/СПИД, формирование у них позиции активных соучастников профилактических программ.</li> <li>- Социально-нравственное оздоровление подростков.</li> </ul>

	<p>- Формирование личной ответственности за своё поведение,  - Пропаганда здорового образа жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, никотина.</p>
<i>География участников</i>	Микрорайон МАОУ-СОШ №148
<i>Адрес программы</i>	<p>Школьники  Родители  Педагоги</p>
<i>Цель реализации программы</i>	<p><b>Цель</b> программы - создание здоровьесберегающей среды, способствующей развитию личности школьника посредством формирования условий, способствующих саморазвитию и самовыражению ребенка, использованию интерактивных методов обучения здоровью.</p>
<i>Задачи программы</i>	<p><b>Задачи</b> Программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ пробуждение в обучающихся желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путём соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;</li> <li>▪ формирование установок на использование здорового питания;</li> <li>▪ использование оптимальных двигательных режимов для детей с учётом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;</li> <li>▪ соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;</li> <li>▪ формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);</li> <li>▪ становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;</li> <li>▪ формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены;</li> <li>▪ формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей;</li> <li>▪ повышение уровня профилактической работы со старшеклассниками и подростками;</li> <li>▪ развитие системы организованного свободного времени и</li> </ul>

	<p>отдыха детей и подростков "группы риска";</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ оказание социально-психологической помощи обучающимся, попавшим в трудную жизненную ситуацию, привлечение их к занятию общественно значимыми видами деятельности;</li> <li>▪ усиление взаимодействия в предупредительно-профилактической работе со всеми организациями, решающими данную проблему.</li> </ul>
<i>Принципы программы</i>	<p><i>доступность</i>: при малейшей необходимости дети и их родители получают консультативную, разъяснительную и воспитательную помощь от педагогов, психологов, социальных педагогов;</p> <p><i>анонимность</i>: любые виды помощи оказываются без фиксирования обратившихся, а тем более без оповещения каких-либо третьих лиц;</p> <p><i>опосредованность</i>: работа по профилактике и преодолению зависимостей ведется без использования прямых мер по противодействию им;</p> <p><i>системность</i>: системный подход к решению вопроса профилактики наркотической зависимости при взаимодействии с различными учреждениями системы профилактики.</p>
<i>Формы, методы и приемы профилактической работы.</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучение физического и психического здоровья учащихся, перегрузок учащихся в учёбе и в семье и их влияния на здоровье.</li> <li>2. Подготовка диагностических материалов по проблеме для обсуждения на педагогических советах и родительских собраниях.</li> <li>3. Работа в малых группах по отработке основных коммуникативных форм, норм общения, позволяющая найти свое новое положение в социуме.</li> <li>4. Просвещение учащихся в области личной гигиены, антиалкогольная, антитабачная и антинаркотическая пропаганда, разъяснение последствий наркомании и СПИДа для человеческого организма.</li> <li>5. Вовлечение учащихся в спортивно- оздоровительную работу, привитие навыков здорового образа жизни.</li> </ol>
<i>Деятельность по реализации программы предполагает:</i>	<p>Проведение мероприятий по выявлению учащихся, склонных к правонарушениям, курению, употреблению алкоголя включает в себя:</p> <p>Диагностику детей группы «риска», включение их во внеурочную деятельность в соответствии с их склонностями и интересами, Организацию интересного и полезного каникулярного отдыха учащихся. Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед часов общения, родительских собраний, лекториев.</p> <p>Помощь в решении вопросов трудоустройства и занятости несовершеннолетних.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Выявление и постановку на учет неблагополучных семей.</li> <li>6. Социальную защиту и помощь детям, оставшимся без попечения родителей или самовольно покинувшим свои семьи,</li> </ol>
<i>Ожидаемые конечные</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ знание о ценности своего здоровья и здоровья других</li> </ul>

<p><i>результаты реализации программы, их социальная эффективность</i></p>	<p>людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ знание о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;</li> <li>▪ знание о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>▪ знание о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.;</li> <li>▪ отрицательная оценка неподвижного образа жизни, нарушения гигиены, алкоголизма, табакокурения, наркомании и др.;</li> <li>▪ понимание влияния слова на физическое состояние, настроение человека.</li> <li>▪ соблюдение правил гигиены и здоровьесозидающего режима дня;</li> <li>▪ ведение подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.).</li> <li>▪ подготовка обучающихся к самостоятельной жизни, способных принимать активное участие в социально-экономической и общественно-политической жизни.</li> <li>▪ дальнейшее избежание и недопущение случаев заболеваемости наркоманией, алкоголизмом и другими видами зависимости от психотропных веществ.</li> <li>▪ уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психотропных веществ среди обучающихся.</li> <li>▪ развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.</li> </ul>
--	--

## Пояснительная записка

Программа профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа среди обучающихся (далее Программа)— это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию школьника.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы являются:

- Конвенция о правах ребенка;
- Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 г.;
- Федеральный закон от 29. 12. 2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральная программа развития образования на период до 2020 г.;
- Основы законодательства РФ «Об охране здоровья граждан» (ст. 17, 20, 24);
- Концепция модернизации российского образования на период до 2020 г.;
- Концепция охраны здоровья здорового человека в РФ;
- Федеральный закон от 8 января 1998 г. N 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»;
- Концепция образовательной программы «Разработка региональной системы профилактики злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ) детьми и молодежью», 2002 г.
- Постановление Правительства РФ от 29.12.2002 № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».
- Федеральный закон от 24.06.1999г. №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (ред. 23.07.2008);
- Областной закон от 28 ноября 2001 года №58-ОЗ «О профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Свердловской области»;
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002).

**Актуальность данной программы** состоит в нарастании остроты данной проблемы среди подрастающего поколения, повышении требований в организации качественной работы по профилактике наркомании и формированию здорового образа жизни.

В современном мире сложилась ситуация, когда подростки, молодые люди вовлекаются в компании, где подростки злоупотребляют алкоголем, наркотиками, никотином. Неподготовленность подростков к самостоятельной жизни, трудности в выборе активной жизненной позиции приводят к тому, что школьникам нелегко добиваться успеха в современном мире. Выйдя из-под опеки взрослых, подростки оказываются неподготовленными ко многим ситуациям социального риска. Это приводит к разочарованию, неудовлетворённости, что способствует вовлечению их в значимую для подростка группу, которая приобретает серьёзное значение в формировании растущей личности. В данной ситуации на первое место вышла наркотизация подростков, а также различные виды злоупотреблений психоактивными веществами и алкоголем.

Участие в жизни подростковой группы может привести к рискованному поведению подростка, к раннему употреблению алкоголя и наркотиков. Образовательное учреждение призвано серьёзно противостоять такому негативному явлению.

Большую часть времени ребенок проводит в образовательном учреждении. Учреждение признает, что ответственность за профилактику вредных привычек лежит не только на самом человеке. Это ответственность, которую разделяют все члены общества, выступающие за укрепление здоровья. Профилактика вредных привычек должна быть направлена на то, чтобы научить молодых людей ответственно относиться к своему здоровью. Это, значит, анализировать и уточнять свои убеждения, установки и ценности, развивать личные навыки и навыки межличностного общения, а также расширять свои знания и понимание целого ряда вопросов, связанных со здоровьем. Единственный результат обучения здоровью – это «принятие на себя ответственности за свое здоровье». В образовательной среде есть уникальная возможность использовать для профилактической работы всех значимых для подростка взрослых: педагогов, школьных и внешкольных медработников, родителей и др. Каждый из них может заниматься профилактической работой на уровне своей компетенции. Такой комплексный подход к решению проблемы профилактики существенно повышает ее эффективность.

Здоровый ребенок, здоровая образовательная среда - это то, на что мы должны направить наши усилия. С этой целью и разработана настоящая Программа.

Современная научная профилактика употребления ПАВ формировалась на протяжении многих лет и прошла несколько стадий развития – от запугивания до информирования. На данном этапе сформировано новое понятие – «защитные факторы». Уменьшение количества факторов риска и воспитание личностной гибкости – наиболее современный подход к профилактике. Именно такой подход и ляжет в основу Программы.

Основной возраст алкогольного или наркотического дебюта – это возраст подростковый, являющийся критическим периодом в развитии человека. Поскольку среди особенностей развития подростков выделяются интенсивное формирование чувства собственного «Я» и при этом недостаточный уровень социальной компетентности, поэтому основой профилактической программы стала организация помощи учащимся по осознанию себя и своего жизненного пути.

Профилактика зависимостей, заболеваний, асоциального, нездорового поведения не может осуществляться без систематического формирования у детей, подростков с нарушением слуха навыков здорового жизненного стиля.

Разработка данной программы продиктована необходимостью создания в образовательном учреждении системы работы по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и правонарушений несовершеннолетних, позволяющей учащимся развиваться в благоприятной среде. Это обусловлено тем, что в подростковом возрасте у обучающихся могут появиться и определиться признаки тех или иных зависимостей. По данным анкетирования в начале 2015 – 2016 учебного года 4% обучающихся открыто употребляют никотин, но не на территории образовательного учреждения. Обучающиеся нигде не употребляют наркотические и одурманивающие вещества. Однако 2 % обучающихся старше 16 лет имеют редкий опыт употребления алкоголя в семье в праздники под присмотром родителей. 2% учащихся имеют опыт употребления алкоголя в молодёжных компаниях. Растет количество обучающихся употребляющих электронные сигареты.

Для решения общей задачи – борьбы с наркоманией необходимо тесно сотрудничать с родителями, добиваться полного взаимопонимания по этой проблеме. Необходима широкая

пропаганда среди детей здорового образа жизни. Программа профилактики направлена на формирование навыков сопротивления наркотикам, алкоголизму, табакокурению на основе усиления ответственности личности в использовании ПАВ, увеличения социальной компетентности (межличностные отношения, самодостаточность, и твердость в сопротивлении), в соединении с укреплением негативного отношения к наркотикам. Разработанная профилактическая программа призвана оказать воздействие на все причины, нивелируя влияние отрицательных причин и способствуя влиянию положительных.

При выборе стратегии профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа среди обучающихся были учтены психологические и психофизиологические характеристики школьников.

Формирование здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебной деятельности, эффективной физкультурно - оздоровительной работы, рационального питания.

Одним из компонентов формирования здорового и безопасного образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке данной Программы.

Разработка данной Программы строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

**Цель** Программы - создание здоровьесберегающей среды, способствующей развитию личности школьника посредством формирования условий, способствующих саморазвитию и самовыражению ребенка, использованию интерактивных методов обучения здоровью.

#### **Задачи** Программы:

- пробуждение в обучающихся желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путём соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учётом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей;
- повышение уровня профилактической работы со старшеклассниками и подростками;
- развитие системы организованного свободного времени и отдыха детей и подростков "группы риска";
- оказание социально-психологической помощи обучающимся, попавшим в трудную жизненную ситуацию, привлечение их к занятию общественно значимыми видами деятельности;
- усиление взаимодействия в предупредительно-профилактической работе со всеми организациями, решающими данную проблему.

### **Планируемые результаты:**

- знание о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- знание о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- знание о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья;
- знание о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.;
- отрицательная оценка неподвижного образа жизни, нарушения гигиены, алкоголизма, табакокурения, наркомании и др.;
- понимание влияния слова на физическое состояние, настроение человека.
- соблюдение правил гигиены и здоровьесозидающего режима дня;
- ведение подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.).
- подготовка обучающихся к самостоятельной жизни, способных принимать активное участие в социально-экономической и общественно-политической жизни.
- дальнейшее избежание и недопущение случаев заболеваемости наркоманией, алкоголизмом и другими видами зависимости от психотропных веществ.
- уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психотропных веществ среди обучающихся.
- развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.

Программа «Береги здоровье смолоду» выстроена с учетом следующих *принципов* профилактической работы:

- Комплексность – профилактические мероприятия организуются в русле единой целостной программы.
- Аксиологичность – программа направлена на формирование у детей и подростков мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, уважении к человеку, государству, окружающей среде.

- Многоаспектность – в программе сочетаются различные направления профилактической деятельности.

- Ученическое самоуправление - в основе профилактической работы - деятельность самих учащихся.

- Открытость - участвуют в программе все желающие.

- Взаимопомощь.

- Сотрудничество всех заинтересованных лиц.

Положительные *предпосылки* программы заключаются в том, МАОУ-СОШ №148, как социальный институт, имеет ряд преимуществ для профилактической работы:

- Большую часть времени учащиеся находятся в школе (учеба, кружки, секции, факультативы и т.д.).

- Есть возможность привить навыки здорового образа жизни в процессе обучения и можно контролировать результат.

- Доступ к семье учащихся.

- Можно последовательно проводить профилактическую работу по ВИЧ/СПИД, наркомании, табакокурению, алкогольной зависимости.

- Есть возможность создания обстановки критически мыслить и принимать решения.

- Есть возможность учащимся получить эмоциональную поддержку от психологов и педагогов.

- Экономически выгодно проводить профилактическую работу интегрировано с занятиями биологии, ОБЖ, экологии, обществознания.

### **Направление реализации программы**

Организация работы образовательного учреждения по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа среди обучающихся формируется в два этапа: первый — анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению, второй — организация просветительской работы образовательного учреждения.

Системная работа по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа среди обучающихся может быть представлена в виде шести взаимосвязанных блоков:

- здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения;
- реализация программы в урочной деятельности;
- рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся;
- организация физкультурно-оздоровительной работы;
- организация воспитательной работы;
- организация просветительской работы с детьми, подростками и родителями (законными представителями).

### **Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения**

**1. Здоровьесберегающая инфраструктура**, которая включает соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и

гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время. Меню разнообразно и соответствует требованиям СанПиН.

В образовательном учреждении работает спортивный зал, оборудованный необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

В образовательном учреждении функционирует **медицинский кабинет**.

Кабинеты и здание учреждения эстетически оформлены.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в учреждении поддерживает **квалифицированный состав специалистов**: преподаватели физической культуры, педагог - психолог, медицинская сестра.

### **Реализация программы в урочной деятельности**

Программа средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью предметов учебно-методических комплектов «Начальная школа 21 века», «Алгоритм успеха».

УМК формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

**В курсе «Окружающий мир»** — это разделы: «Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Что вокруг нас может быть опасным?», «Зачем мы спим ночью?», «Почему нужно есть много овощей и фруктов?», «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?» и др.

**В курсе «Биология»** - это темы «Органы дыхания, выделения, кровообращения, органы опоры и движения» и т.д. В программе 8 класса усилены культурологические позиции, расширен материал, касающийся проблем полового воспитания (различие физических нагрузок для девочек и мальчиков, готовность к материнству и отцовству и др.). При обсуждении проблем здоровья делаются акценты на причинах нарушения работы органов и профилактике этих нарушений, закрепляются представления о биологической и социальной сущности человека, его роли в сохранении не только собственного здоровья, но и здоровья окружающих.

При выполнении упражнений на уроках **русского языка, литературного чтения, литературы** (в старших классах) обучающиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, активного отдыха летом и зимой.

**В курсе «Иностранный язык (английский язык)»** в учебниках содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях. Обучающиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр.

**В курсе «Физическая культура»** весь материал учебника способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги,

но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Освоение и понимание учебного предмета «**Основы безопасности жизнедеятельности**» направлено на: воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни; развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

### **Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся**

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебной деятельности, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательной деятельности строится с учетом *гигиенических норм и требований* к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях), к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

В учебной деятельности педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся, учитывают индивидуальные особенности развития.

### **Организация физкультурно-оздоровительной работы**

Система физкультурно-оздоровительной работы в учреждении направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Сложившаяся система включает:

- полноценная работа с обучающимися всех групп здоровья;
- рациональная организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- организация динамической паузы после 2 урока в первых классах;
- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, походов и т.п.).

### **Организация воспитательной работы**

Воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает в себя: систему тематических классных часов, беседы, игровые тренинги, занятия в кружках, факультативные занятия, проведение досуговых мероприятий (конкурсы, викторины, праздники, экскурсии, походы и т.д.), проведение дней здоровья.

### **Организация просветительской работы с детьми, подростками и родителями (законными представителями)**

Программа работы с родителями: лекции, беседы, консультации специалистов (медицинского работника, психолога и др.) по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей, профилактики вредных привычек; организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

### **Содержание Программы**

Программа «Береги здоровье смолоду» выстраивается через организацию мероприятий по следующим направлениям:

- Просвещение и информирование детей, подростков и молодежи в области различных форм зависимостей, ВИЧ/СПИД. Обучение ответственному поведению несовершеннолетних.
- Осуществление профилактической работы с родителями, семьей.
- Формирование компетентности у педагогических работников по вопросам профилактики, формирование у них позиции активных соучастников профилактических программ.
- Работа с родительской общественностью.
- Подведение итогов.

Ключевые компоненты	Формы работы	Сроки	Ответственные
<b>Просвещение и информирование детей, подростков и молодежи в области различных форм зависимостей, ВИЧ/СПИД. Обучение ответственному поведению несовершеннолетних</b>			
1.Целенаправленная работа по диагностике детей, поступающих в школу.	Изучение документов, личных дел, беседы с родителями и детьми.	апрель-июнь, сентябрь-октябрь	Зам. директора по УР и ПР, психолог, классные руководители

2. Изучение детей и составление социального паспорта семьи с целью пролонгированной работы.	Сбор материалов, выявление первоочередных задач воспитания и обучения, наблюдение, тестирование.	август-ноябрь	Классные руководители, психолог, родители.
3. Адаптация школьников 1,5, 10-х классов.	Индивидуальные беседы со школьниками, их родителями, приобщение учащихся к творческим делам класса, запись в кружки и секции, т.е. формирование детского коллектива, проведение педсоветов.	сентябрь-декабрь	Зам. директора по УР, УР и ПР, ВР, классные руководители, учителя.
4. Изучение личности каждого ребенка и выявление среди них учащихся, требующих особого внимания педагогического коллектива школы.	Коллективные школьные и классные мероприятия, родительские собрания, родительские дни, малые педсоветы.	в течение учебного года	Классные руководители и учителя, психологи, зам. директора по ВР, УР и ПР, совет по профилактике.
5. Установление неуспешности детей в различных видах деятельности.	Тестирование, анкетирование, наблюдения, беседы.	в течение учебного года	Психологи, совет по профилактике.
<b>2. Осуществление профилактической работы с родителями, семьей</b>			
1. Коррекционная работа с «группой риска».	Организация свободного времени, отдыха в каникулы, специальные формы поощрения и наказания, раскрытие потенциала личности ребенка в ходе бесед, тренингов.	в течение учебного года	Психолог, классные руководители.

2. Работа по формированию потребности вести здоровый образ жизни.	Классные часы, лекции, спортивные секции и соревнования, экскурсии, проведение дней Здоровья, организация активного общественно-полезного зимнего и летнего отдыха.	в течение учебного года	Зам. директора по ВР, УР и ПР, классные руководители, учителя.
3. Профориентационная работа со школьниками с целью поиска своего места в жизни и смысла жизни.	Работа дискуссионного клуба, круглые столы, проектная деятельность, научные кружки, конференции, предметные олимпиады, интеллектуальные марафоны, конкурсы, презентации, встречи с интересными людьми.	в течение учебного года	Зам. директора по ВР, классные руководители, учителя.
4. Правовое воспитание учащихся.	Классные часы, лекции, беседы с представителями межведомственных и общественных организаций, конференции.	в течение учебного года	Учителя обществознания и ОБЖ, представители ПДН ОВД, ГИБДД, наркодиспансера
5. Просветительская работа среди учащихся о негативном влиянии ПАВ, табакокурения на организм человека.	Лекции, беседы в малых группах и индивидуальные.	в течение учебного года	Учителя биологии, химии, ОБЖ, представители наркодиспансера, детской поликлиники
<b>3. Формирование компетентности у педагогических работников по вопросам профилактики, формирование у них позиции активных соучастников профилактических программ</b>			
Учебно-просветительская работа среди учителей, классных руководителей в области негативного влияния ПАВ, табакокурения на организм человека,	Лектории, семинары, малые педсоветы, психолого-педагогические консилиумы.	в течение учебного года	Администрация школы при сотрудничестве с межведомственными государственными и общественными организациями.

психологической и правовой помощи подростку.			
<b>4. Работа с родительской общественностью</b>			
1.Выявление семей, нуждающихся в психологической и социальной поддержке.	Анкетирование, тестирование, наблюдение, родительские дни, беседы.	в течение учебного года	Зам. директора по ВР, УР и ПР, совет по профилактике, психолог, школьный родительский комитет.
2. Учебно-просветительская деятельность среди родителей.	Лекции, семинары, род. собрания, беседы.	в течение учебного года	Межведомственные и общественные организации, психолог, зам. директора по УР и ПР.
<b>5. Подведение итогов</b>			
Подведение итогов профилактической работы всего педагогического коллектива, рассмотрение предложений, рекомендаций по данной проблеме.	Круглый стол, конференция, семинар, педсовет.	апрель-май	Администрация школы, психолог, социальный педагог.

## План профилактической работы на 2019-2020 учебный год

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>1. Работа с педагогами</b>			
1.	Проведение «Круглого стола» «Адаптация учащихся 5-х классов в средней школе»	Сентябрь Декабрь	Заместители директора по УР, ВР, УР и ПР, психолог
2.	Диагностика учащихся и их семей на начало учебного года Составление социальных карт класса и школы	Сентябрь	Заместитель директора по УР и ПР, классные руководители
3.	Заседание МО классных руководителей «Планирование и организация работы по предупреждению безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».	Октябрь	Заместитель директора по УР и ПР
4.	Составление и утверждение комплексного плана работы по профилактике безнадзорности и беспризорности, правонарушений и зависимости.	Сентябрь	Заместитель директора по УР и ПР
5.	Семинар для учителей школы «Права ребенка в международных документах и документах РФ»	Ноябрь	Заместитель директора по УР и ПР
6.	Встреча учителей школы с инспектором ОДН	Февраль	Заместитель директора по УР и ПР
7.	Проведение собеседования с классными руководителями об учащихся, состоящих на внутришкольном учете, с целью выявления положительных результатов и снятия учащихся с внутришкольного учета.	В течение года Апрель	Заместитель директора по УР и ПР
8.	Семинар классных руководителей «Анализ работы по профилактике безнадзорности и беспризорности, правонарушений и зависимостей учащихся ОУ»	Май	Заместитель директора по УР и ПР
9.	Составление перспективного плана работы на новый учебный год	Май	Заместитель директора по УР и ПР

## 2. Работа с родителями.

1.	Составление плана тематических выступлений на родительских собраниях в целях адаптации учащихся в новом учебном году и профилактики стресса у детей: «Особенности подросткового возраста» «Как стать хорошим родителем» «Роль и ответственность семьи в воспитании ребенка» «Формирование здорового образа жизни у школьников – традиция школы»	Сентябрь Сентябрь Ноябрь Январь Март	Заместитель директора по ПВ Классные руководители Психолог
2.	Ознакомление родителей с расписанием работы школьных и спортивных секций.	Сентябрь Октябрь	Классные руководители
3.	Выбор общешкольным родительским комитетом группы родительской общественности по вопросам профилактики безнадзорности, правонарушений и употребления ПАВ	Октябрь	Администрация Общешкольный родительский комитет
4.	Ознакомление родителей с Правилами для учащихся ОУ	Сентябрь	Классные руководители
5.	Привлечение родителей для участия в классных и КТД школы (концертах, творческих встречах, встречах с ветеранами, экскурсий, походов, проведения тематических классных часов и т.д.)	В течение года	Администрация Классные руководители
6.	Индивидуальные консультации	В течение года	Администрация Психолог Классные руководители
7.	Участие родителей в праздниках окончания учебного года, на которых объявляются достижения учащихся. Слет «Самые, самые...»	Май	Классные руководители Учителя предметники
8.	Встреча инспектора ОДН с родительской общественностью школы (родительские собрания)	Март	Заместитель директора по ПВ Родительский комитет школы

### 3. Работа с учащимися

1.	Ознакомление учащихся 5х – 11х	Сентябрь	Классные
----	--------------------------------	----------	----------

	классов с Правилами для учащихся школы		руководители
2.	Выявление причин отсутствия ученика в школе, опоздания учащегося в школу	Ежедневно В течение года	Классные руководители Администрация
3.	Ознакомление учащихся с расписанием дополнительных занятий, кружков и спортивных секций	Сентябрь В течение года	Классные руководители, руководители секций, кружков
4.	Диагностика учащихся 1-х классов, 5-х классов, учащихся вновь прибывших в школу (адаптация учащихся)	Сентябрь Ноябрь	Психолог
5.	Участие в профилактических мероприятиях «Подросток», «Школьник», «Подросток и закон», «Будущее своими руками», «Школа без наркотиков», «День без табака», «Знать, чтобы жить!», «За жизнь в ответе», «Свобода мнений», «Твое здоровье – твой выбор!»	Сентябрь - декабрь	Заместитель директора по ПВ, классные руководители
6.	Изучение занятости учащихся во второй половине дня	В течение года	Классные руководители
7.	Анкетирование учащихся 9х – 11-х классов о дальнейшем выборе профессии	Ноябрь	Психолог
8.	Индивидуальные консультации с детьми, требующими особого внимания	В течение года	Психолог Заместитель директора по УР и ПР
9.	Индивидуальная работа с детьми, требующими особого внимания по вовлечению в кружки, секции, факультативы	В течение года	Классные руководители
10.	Привлечение учащихся школы к участию в проектной деятельности, школьных КТД, к деятельности школьного самоуправления, акциях	В течение года	Заместитель директора по УР и ПР
11.	Беседы по профилактике правонарушений, наркомании, табакокурения, алкоголизма. Подготовка группы старшеклассников для проведения бесед с учащимися младших классов по ЗОЖ	В течение года	Инспектор ПДН, нарколог, психолог, классные руководители
12.	Проведение конкурсов плакатов, выступление агитбригады на тему пропаганды здорового образа жизни	В течение года	Заместитель директора по ПВ

13.	Классные часы по ПДД Встреча с инспекторами ГИБДД	Ежемесячно Сентябрь, апрель	Классные руководители Инспектор ГИБДД
14.	Проекты, классные часы по правовой культуре	В течение года	Преподаватель по граждановедению, классные руководители
15.	Проведение Единого дня профилактики «За жизнь в ответе» (профилактика ВИЧ-инфекций).	Декабрь	Зам. дир. по праву классные руководители
16.	Проведение Единого дня профилактики «Свобода мнений» (профилактика экстремизма).	Февраль	Зам. дир. По праву классные руководители зам. дир. По воспитательной работе
17.	Проведение Единого дня профилактики «Твое здоровье – твой выбор».	Апрель	Зам. дир. по праву классные руководители зам. дир. по воспитательной работе
18.	Малые педсоветы. Советы профилактики	По мере необходимости	Совет по профилактике, классные руководители
19.	Планирование и организация каникул	Ноябрь, декабрь, март, май	Заместитель директора по ПВ, классные руководители
20.	Анкетирование учащихся по теме «Школа в моей жизни»	В течение года	Психолог
21.	Анкетирование учащихся 11 классов «Образ выпускника»	Март	Психолог
22.	Собеседование с несовершеннолетними, состоящими на учете в ОДН и на ВШУ по итогам учебного года (перед снятием их с учета)	Апрель	Совет профилактики
23.	Выставка литературы в школьной библиотеке. Оформление сменных стендов по профилактике правонарушений, зависимостей	В течение года	Заведующий библиотекой, Учителя биологии
24.	Участие в проекте «Профи-дебют» (экскурсии на предприятия и учебные	Октябрь - март	Кл. руководители

	заведения города).		
25.	Выбор учащимися 8-11 классов элективных курсов и курсов предпрофильного образования	Сентябрь	Зам по УВР

#### **4. Работа с органами системы профилактики безнадзорности, правонарушений, употребление ПАВ**

1.	Утверждение совместного плана работы с ОДН	Сентябрь	Директор школы
2.	Профилактические беседы с учащимися «Подросток и закон»	В течение года	ПДН ОВД Заместитель директора по УР и ПР
3.	Встречи инспекторов ОДН с родительской общественностью (родительские комитеты, родительские собрания).	В течение года	ПДН ОВД Заместитель директора по УР и ПР
4.	Обучение классных руководителей и повышение их квалификации в области профилактики негативных привычек среди школьников в центре психолого-педагогической поддержки несовершеннолетних «Диалог»	В течение года	Заместитель директора по УР и ПР
5.	Проведение бесед «О личной гигиене девочек», «Профилактика инфекционных заболеваний» медицинскими работниками	В течение года	Заместитель директора по УР и ПР

#### **Механизм реализации программы осуществляется через:**

- мониторинговые исследования и определение перспектив.
- взаимодействие педагогов, классных руководителей, родителей, детей; сотрудничество с ТКДН, ОДН.
- внедрение здоровьесберегающих технологий, формирующих позитивные установки на ЗОЖ.
- привлечение родителей для успешного функционирования программы по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и правонарушений среди несовершеннолетних.
- повышение роли дополнительного образования детей; организацию совместной деятельности детей и взрослых: военно-патриотическое, интеллектуальное, научно-техническое, художественное, эстетическое, экологическое, физическое воспитание, краеведческую работу.

#### **Участники программы**

Основным звеном программы является коллектив детей, педагогов и родителей, участвующих в организации и проведении мероприятий, направленных на здоровый образ

жизни, профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения и правонарушений среди несовершеннолетних

Участником программы является любой воспитанник в возрасте от 7 до 16 лет.

### **Управление, контроль, мониторинг**

Управление и контроль над реализацией программы осуществляет заместитель директора по учебной работе и правовому регулированию. Координатором программы являются классные руководители, учителя-предметники, библиотекарь.

### **Методы реализации программы:**

**Мозговой штурм.** Метод используют для развития творческого мышления. Это помогает ученикам не быть строгим судьёй себе и другим. Попросит группу учеников выдать столько идей, сколько они могут, может, зафиксировать их на доске. Никто в группе не должен оценивать и комментировать: «Позитивные или негативные идеи?» По завершении мозгового штурма идёт оценка этих идей.

**Ролевые игры.** Ощущение себя «в чужой шкуре» помогает развить сопереживание и возможность понять ситуацию с различных сторон. Можно попросить ребят представить себя в различных ситуациях – «драматическая ситуация» помогает вжиться в проблему. Можно принять ролевые игры, «проживая» какие-либо события.

**Развитие мнений через обсуждение и дебаты.** Многие вопросы требуют обсуждения, т. к. дети и педагоги часто имеют собственное мнение. Следовательно, очень важно определить своё собственное мнение. Во время обсуждения дети понимают, что бывает множество мнений по одному вопросу.

**Рекламные листки, буклеты, плакаты, эмблемы.** Чаще всего школьное обучение состоит из разделов: слушать учителя, выполнять письменные задания. Записи очень важны для систематизации знаний, для развития коммуникативных способностей. Можно сделать записи в форме рекламного листка, буклета, плаката – т.е. того, что может информировать других. Дизайн и иллюстрация становятся очень важными для детей, так как помогает им общаться.

**Истории.** Многие люди учатся на историях, которые являются важным путём передачи знаний и морали; и даже телевизионные «мыльные оперы» по-своему учат нас исследовать текущие события. Истории и рассказы позволяют ученикам переносить свой личный опыт в форму фантазий, и поэтому они не сообщают о себе те вещи, о которых хотелось бы умолчать. Различные люди по-разному интерпретируют одну и ту же историю. Народные сказки, рассказы о жизни, фантастика часто нужны нам, так как помогают лучше понять свои проблемы.

**Работа в группах и парах.** Ребёнок учится на чужих примерах, чужом опыте, поэтому работа в группе очень важна. Но управлять группой должен преподаватель, в обязанности которого входит следить, не доминирует ли кто-либо над другими, все ли участвуют в работе. В состав группы не должны постоянно входить только друзья, а с целью улучшения атмосферы в группе необходимо научиться уважать чужую точку зрения, что способствует развитию коммуникативных навыков.

### **Основные требования к условиям реализации программы:**

- продолжительность одного занятия не более 30 минут;
- курс занятий краткосрочный, но интенсивный, не увеличивающий учебную нагрузку детей и подростков;
- группа может быть довольно большой (15-20 человек), объединенной в один класс большей частью случайно, а не только в силу индивидуальных психологических особенностей;
- занятия может вести классный руководитель
- один раз в четверть перед учащимися выступает заместитель директора по учебной работе и правовому регулированию, один раз в полугодие – инспектор по делам несовершеннолетних. Учителя-предметники и классный руководитель проводят беседы не менее чем один раз в четверть (в течение 10-15 минут).

Занятия не должны напоминать школьникам уроки. Поэтому из них следует исключить задания, характерные для традиционных уроков, длительные монологические высказывания ведущего. Целью занятий должно стать не столько получение учащимися определённых знаний, сколько формирование адекватного отношения к отдельным явлениям, ситуациям, проблемам, создание стойких убеждений в приемлемости или неприемлемости соответствующих способов поведения. Подход, при котором социальные установки формируются через игру, а не путём простой передачи знаний, представляется более эффективным при условии правильной его организации. Помимо психологических тренингов, бесед, классных часов в программу должны быть включены уроки здоровья.

### **Организация профилактической работы предполагает:**

Включение в план работы школы мероприятий по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и правонарушений среди несовершеннолетних на учебный год.

Ознакомление с планом мероприятий педагогического коллектива.

Обсуждение направлений работы по профилактике употребления ПАВ и правонарушений среди несовершеннолетних на заседаниях методического объединения классных руководителей.

Обсуждение хода работы по ранней профилактике наркомании и правонарушений среди несовершеннолетних на заседаниях родительского комитета.

Деятельность школьной библиотеки по профилактике наркомании и правонарушений среди несовершеннолетних через выставку литературы, читательские конференции и диспуты.

Борьбу с абсентеизмом (пропуски занятий без уважительных причин), которая, являясь одним из основных направлений в воспитательной и учебной работе, обеспечивает успешную профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения и правонарушений, а также формирование у подростков навыков законопослушного поведения.

Ежедневный контроль успеваемости со стороны классного руководителя и родителей.

Организацию досуга учащихся, широкое вовлечение их в занятия спортом, художественное творчество, кружковую работу, которые способствуют развитию творческих инициатив ребёнка, активному полезному проведению свободного от учёбы времени.

