**МАОУ «Средняя школа д.Сусолово»**

**ТЕМА:**

**Из опыта работы по здоровьесбережению «Форми­рованию позитивной «Я-концепции», навыков ответственного поведения, здоровых установок и развитие личностной и социальной компетентности участников образовательного процесса.»**

**Автор:**

**Андреева Галина Александровна,**

**Учитель начальных классов**

**МАОУ «Средняя школа д.Сусолово»,**

**Старорусского района, Новгородской области.**

**2021 г.**

**Из опыта работы по здоровьесбережению «Форми­рованию позитивной «Я-концепции», навыков ответственного поведения, здоровых установок и развитие личностной и социальной компетентности участников образовательного процесса.»**

**1.Актуальность**

В России возникла тревожная ситуация со злоупотреблением алкоголя и наркотиков, особенно в молодежной среде. Мы не можем молчать, когда речь идет о деградации нашего общества.. Врачи, демографы, ученые бьют тревогу: Россия вымирает! В своем докладе на заседании Государственной Думы депутат А.Дмитриева отметила, что в условиях нынешней демографической ситуации и распространения вредных привычек среди населения такой страны, как Россия, может не стать через 50 лет!

Микрорайон нашей школы включает 16 населённых пунктов Великосельского поселения. На территории микрорайона находятся: СПК «Сусолово», СПК «Великое Село», два Дома культуры в д. Сусолово и д. Великое Село и два фельдшерско – акушерских пункта, в этих же населённых пунктах, которые обслуживают всё население микрорайона.

В школе обучалось в прошлом году-74 человека и 26 в детском саду, в этом году-72 ученика и 19 воспитанников д. сада.

По социальному составу, культурному уровню и образовательным потребностям население очень разнородно.

Социальные особенности семей:

- с высшим образованием родителей – 9 %

- со средним специальным образованием – 22,7 %

- со средним образованием – 68,3 %.

В последние годы в нашей стране сложилась  
Из года в год количество россиян, употребляющих алкоголь и наркотики, растет. Кроме того, наркомания «молодеет». Статистика свидетельствует, что в России средний возраст начала употребления алкоголя снизился до 12,5 лет.

Вдумайтесь в страшные цифры:– 90% умственно отсталых детей – дети алкоголиков и пьющих родителей;  
– в пьющих семьях 40% детей – недоразвитые и больные;  
– в пьющих семьях мертворожденные дети появляются в два раза чаще, а детская смертность в три раза выше, чем в непьющих семьях:  
– одна рюмка водки снижает работоспособность на 20–30%;  
– в состоянии опьянения совершается 55% всех краж, 79% грабежей, 69% нападений.

По данным Всемирной организации здравоохранения, показатель смертности от разных причин у лиц, даже умеренно потребляющих алкоголь, в 3–4 раза превышает аналогичный показатель для населения в целом. Средняя продолжительность жизни у пьющих людей не превышает обычно 55–57 лет.  
Возникающие при опьянении нарушения равновесия, внимания, ясности восприятия окружающего, координации движений часто становятся причиной несчастных случаев..

Очертить ключевые проблемы помогает анализ позиций и существующих представлений у основных участников профилактического процесса, такими основными участниками определены: дети, подростки и молодежь; образовательные учреждения и весь педагогический корпус (учителя, воспитатели, школьные психологи, социальные педагоги и т.д.); семья (прежде всего родители) и ее ближайшее микросоциальное окружение.

Коротко необходимо остановиться на иллюзиях и мифах, характерных для каждого из этих участников профилактического процесса.

**Дети, подростки и молодежь**

Молодежь более старшего, не подросткового поколения, выступает по преимуществу "транслятором"алкогольной и наркотической субкультуры и облегченного отношения к алкоголю и наркотикам. Мы можем и должны констатировать существование определенной "возрастной волны" (преимущественно со стороны юношей) в трансляции "нового" отношения к наркотиками алкоголю, особенно в среде девочек-подростков. Это своеобразный вызов со стороны особой молодежной наркотической субкультуры, которая базируется и в учреждениях культурно-развлекательной сферы (дискотеки, клубы и др.) и, к сожалению, в образовательных учреждениях. Данная субкультура пропагандирует следующие ценности:

Алкоголь не вреден, а полезен

наркотики бывают "серьезные" и "несерьезные", "легкие";

наркотики делают человека "свободным";

наркотики помогают решать жизненные проблемы;

наркотики могут и должны быть легализованы.

Определенный вклад в формирование этих ценностей, определяющих так называемое разрушающее поведение, внесли и вносят средства молодежной массовой информации.

В детско-подростковой среде распространена достаточная информированность о видах наркотических средств, алкогольной продукции и эффектах их действия. Эта осведомленность сочетается с пассивным отношением к приему наркотических средств среди сверстников по двору, классу. Такая пассивность, помноженная на относительную несложность приобретения и доступность алкогольных напитков, психоактивных веществ, их включенность в досуговый образ жизни, и придает угрожающий характер наркогенной ситуации.

Именно поэтому мы исходим из того, что вся детско-подростковая среда с учетом, конечно, возрастной специфики является объектом ранней антинаркотической антиалкогольной профилактики.

**Образовательные учреждения**

В настоящее время школа с трудом, но преодолевает, во-первых, сугубо информационно-просветительский подход к наркотической теме, во-вторых, своеобразную позицию, связанную с замалчиванием “наркотических” проблем,

Все эти подходы мы считаем малоэффективными. Стремление же скрыть существование проблемы, избавиться от обучающихся, злоупотребляющих наркотиками, алкоголем и иными психоактивными веществами, и вовсе противоречит основным принципам государственной политики в области образования, целям и задачам профилактической работы в образовательной среде, нарушает права детей и подростков.

В образовательном учреждении должна осуществляться целенаправленная комплексная работа по предупреждению злоупотребления спиртными напитками, наркотическими средствами, психотропными и одурманивающими веществами и их незаконного оборота среди обучающихся.

При этом действия администрации должны быть направлены не на выталкивание «трудных» подростков и молодых людей из образовательного учреждения, а на оказание им необходимой психолого - медико- педагогической и социально-правовой помощи.

В этой работе, ориентированной больше на психологическую поддержку детей и родителей, на формирование активных жизненных ценностей, практически не остается места известным нам по антиалкогольным компаниям , эпизодическим лекциям "О вреде употребления..." и другим разовым антинаркотическим мероприятиям.

**Семья, родители и микросоциальное окружение**

Это очень важный участник профилактического процесса, к сожалению, достаточно сильно подверженный ошибочным иллюзиям типа "нашего ребенка беда обязательно обойдет". Это одна из первых родительских иллюзий, которая в целом связана с двойственностью родительского сознания.

Родители спокойно воспринимают информацию о наркотиках и алкоголе вообще, но дают аффективные или даже панические реакции, когда сталкиваются с наркотиками через любимых дочерей и сыновей. Таким образом, родители, даже серьезно обеспокоенные волной ранней наркотизации, являются практически беспомощными и мало организованными в осуществлении конкретных профилактических воздействий и относятся к ним негативно или безучастно, равнодушно.

При этом, непосредственно столкнувшись в семье с наркотизацией либо алкоголизацией своего ребенка, родители зачастую не знают, что делать, и в результате остаются один на один со своей проблемой. Большинство родителей стремится скрыть факт употребления ребенком наркотиков .

В нашей школе негативное отношение к вредным привычкам проявляется не только в теоретическом материале для классных часов и общешкольных мероприятий, но и в проведении недель «Здорового образа жизни», туристических походов, экскурсий по святым местам, безалкогольных выпускных вечеров.  
Педагоги российских школ обеспокоены ситуацией, связанной с увеличением неблагополучных и неполных семей. Иногда причиной неблагополучия в семье, разрыва семейных отношений становится употребление ПАВ. Социальный паспорт школы говорит о том, что из 74 обучающихся – 59 детей из малообеспеченных семей. 12 учащихся – из многодетных семей.

По данным психологических обследований восьмиклассников каждый год растет число детей неадаптированных, склонных к депрессии и риску суицида. В нашей школе 4 направления западают (**Навыки ЗОЖ (отношение к своему здоровью как к ценности), готовность к семейной жизни( освоение культуры семейных отношений), Отношение к себе (какой я есть, какой я буду), Нравственность (совестливость, отрицание равнодушия, гуманизм, дисциплина**). По данным темам для элективных курсов используются подобранные по темам ЦОР( Приложение3)  
Исходя из выше сказанного, мы считаем необходимым продолжить использование программы по профилактике вредных привычек в своей работе с учащимися в целях предупреждения никотиновой, наркотической, алкогольной зависимости, искоренения сквернословия, пропаганды здорового образа жизни.

Приоритетной целью модернизации образования является обеспечение высокого качества российского образования, которое не сводится только к обученности учащихся, набору знаний и навыков, но связывается с воспитанием, понятием «качество жизни»,раскрывающимися через такие категории как «здоровье», «социальное благополучие», «самореализация», «защищенность».Соответственно сфера ответственности системы психолого-педагогического сопровождения не может быть ограничен рамками задач преодоления трудностей в обучении, но включить в себя задачи обеспечения успешности социализации, сохранения и укрепления здоровья, защиты прав детей и подростков.»

( № 20,стр.54)

Современное российское общество характеризуется значительным ростом числа подростков группы риска. Подростковый возраст - период повышенной эмоциональности, что проявляется в легкой возбудимости, страстности, частой смене настроений .Именно в этот период регистрируется большое число антисоциальных поступков и немотивированной жестокости. У многих подростков наблюдаются так называемые «акцентуации характера», при которых заостряются негативные свойства, повышающие степень риска психической патологии и отклоняющего поведения. К группе риска относятся подростки с повышенной возбудимостью, склонностью к резким перепадам настроения, повышенной утомляемостью, повышенной чувствительностью, повышенной тревожностью и мнительностью и др. проблемами. Для подростка «зоной ближайшего развития» является сотрудничество со взрослым в пространстве проблем самопознания, личностной самореализации и саморефлексии. Поэтому задача специалистов в данном случае сводится к к организации и построению процесса самопознания подростков, что позволит в будущем определять самостоятельный выбор, нравственное, профессиональное, жизненное самоопределение и адекватную самооценку. А задача педагогов: построить учебный процесс с учетом закономерностей психического развития подростков, опираясь на потребность детей в общении со взрослыми и сверстниками и те стороны личности, которые либо уже сформированы, либо находятся в стадии созревания. Поэтому так важно вести сопровождение учащихся данной возрастной группы.

**Проект направлен на**  **форми­рование позитивной**

**«Я-концепции», навыков ответственного поведения, здоровых установок и развитие личностной и социальной компетентности участников образовательного процесса.**

**2. Целевая группа (Кому адресована деятельность по проекту)**

**Учащиеся 4-11 классов, педагоги и родители**

**3.Цель проекта: уменьшение количества учащихся, склонных к употреблению ПАВ и** создать группу поддержки из учителей средних школ, способных (после обучения по программе) помочь детям преодолевать конфликты, проблемы, трудности без употребления психоактивных веществ.

**Задачи:** 1Создание здорового нравственно- психологического климата в коллективе, условий для социально-эмоционального благополучия ребенка и формирования позитивной «Я-концепции»

* 2.Оказание психолого-педагогической поддержки подросткам во взаимодействии всех структур социально-психологического окружения
* 3.Формирование позитивных установок на здоровый образ жизни (ЗОЖ)
* 4.Формирование у учащихся мотивации к учебе и учебным предметам и создание ситуации успеха в классе
* 5.Развитие навыков саморегуляции, бесконфликтного поведения, ассертивности
* 6. Профилактика аддиктивного и делинквентного поведения учащихся
* 7. Установление системы контроля и единства требований педагогов и родителей
* 8. Развить у детей и подростков продуктивные формы поведе­ния, стрессоустойчивость (личностные и средовые ресурсы; навыки решения проблем, само- и взаимо­помощи и т.п.);
* 9.Уменьшить количество подростков с зависимостью от психоактивных веществ и другими формами по­ведения риска.
* 10. Оказание помощи детям «группы риска»
* **11.Стимулирование повышения внимания педагогов и родителей к вопросам здорового образа жизни.**

**Профилактика употребления ПАВ будет эффективной, если:**

1. детям будет предоставлена объективная информация о ПАВ, их воздействии на человека и последствиях применения;
2. методы и приемы передачи информации будут строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
3. осознание вреда ПАВ будет идти параллельно с формированием устойчиво-негативного личностного отношения к наркотическим веществам и умения общаться с другими, правильно организовать свое время и жизнь, справляться с конфликтами, управлять эмоциями и чувствами;

**4. Предполагаемые результаты. Критерии и способы оценки планируемых результатов.**

Ожидаемые результаты (ученик должен):

* Иметь четкое представление о том, что восприимчивость к ПАФ индивидуальна и зависимость может возникнуть очень быстро.
* Уметь избегать ситуаций пассивного курения.
* Понимать, что алкоголизм, токсикомания, наркомания - трудноизлечимые заболевания.
* Выработать форму поведения, когда рядом находится человек в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
* Осознавать коммерческий характер рекламы алкоголя и табака и уметь критически к этому относится.
* Выработать умение каждого четко и грамотно сказать «НЕТ!»

1. Предполагается контроль за навыками здорового образа жизни в процессе обучения и их усвоением в виде наблюдений;
2. Наблюдение за влиянием на уровень притязаний и самооценку в процессе обучения;
3. Анкетирование и показ практических упражнений на ассертивность для выявления уровня ЗУН в области ЗОЖ.

**5. Этапы проведения.**

**Подготовительный-2009/2010 год**

1.Изучение научной литературы.

2.Анализ состояния здоровья учащихся за 2 последние года.

3.Постановка и осмысление проблемы.

4.Изучение здоровьесберегающих технологий.

5.Разработка проекта.

6.Накопление практических материалов.

7.Прохождение курсовой переподготовки по проблеме.

**Практический- 2011/2012 год**

1.Организация здоровьесберегающего образовательного процеса.

2.Применение и отработка отобранного содержания образования.

3.Организация медико-профилактической деятельности.

**Аналитический- конец 2012 года**

1. Анализ полученных результатов.

2.Соотношение результатов с целями проекта.

3.Обобщение результатов проекта.

**6. Ресурсное обеспечение проекта (бюджет, материально – техническое обеспечение, участие социальных партнеров).**

**Школа обладает рядом возможностей для успешной профилактики ПАВ, а именно:**

1. возможностью привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроля за их усвоением;
2. влиянием на уровень притязаний и самооценку;
3. свободным доступом к семье ребенка для анализа и контроля ситуации;
4. возможностью привлечения специалистов по профилактике.

**требования к специалистам:**

всем специалистам, участвующим в реализации программы, необходимо пройти курсы повышения квалификации по работе по превентивному воспитанию учащихся для обеспечения более качественного сопровождения учащихся.

**оборудование, кабинеты**:

проект реализуется на базе Муниципального образовательного учреждения средней общеобразовательной школы д. Сусолово Старорусского муниципального района, в условиях учебных кабинетов. Использовать предполагается мультимедийное оборудование, спортивный инвентар,. кабинеты школы, ДК и д.сад для занятий с детьми, педагогами и учащимися

**методическое обеспечение:**

психолого-педагогическая литература, используемая

* в работе: Елена Сидоренко «ТРЕНИНГ ВЛИЯНИЯ и противостояния влиянию»
* программы психологических занятий А. Микляева «Я-подросток» в 8-9 классах
* разработанный курс лекций для педагогов«ПРОФИЛАКТИКА НАРКОЗАВИСИМОСТИ И ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ».Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажилина И.И., Видерман Н.С.

-разработанный курс лекций для родителей Профилактика асоциального поведения детей и молодежи: сборник треннинговых программ.

* программа работы по профилактике в рамках программы «Здоровье» (приложение №1 )
* индивидуальная программа профилактической работы с детьми «группы риска»- ведение «Карты проблемности» и т.д.-приложение№4

-Превентивные программы «Здоровые привычки» ,«Здоровые навыки», «Здоровый выбор»- занятия 1 раз месяц, «Линия жизни» (4-7 кл)- 1 раз в месяц (ДК),а с **8-11** классом и их родителями проведены занятия по приоритетному национальному проекту «Здоровье» в 2012 году.(ПРИЛОЖЕНИЕ 2)

- Проводятся элективные занятия с использованием ЦОР по западающим направлениям в воспитательной работе (по результатам диагностики уровня воспитанности учащихся 8-х классов) (приложение 3)

**Бюджет**: - 10т руб ,выигранные в смотре-конкурсе уровня физического воспитания детей для оборудования спортзала, призовой фонд для награждения учащихся из фонда надбавок учителей

-Администрация поселения-спонсор в подготовке дополнительной спортплощадки в д. Сусолово

-мультимедийное оборудование в кабинетах педагогов

-спортплощадка и спортзал

-участие в организации спортивной работы с учащимися спортшколы г. Старая Русса и клуба «Бонифаций» в г. Старая Русса

-заброшенный дом, в котором дети занимаются силовыми упражнениями по собственной инициативе в д. В.Село

**7. Аналитическая записка о результатах и процессе реализации проекта.**

Внедрением здоровьесберегающих технологий школа занимается уже второй десяток лет.

Облик школы, как по форме, так и по содержанию, должен значительно измениться: мы получим реальную отдачу, если учиться в школе будет и увлекательно, и интересно, если она станет центром не только обязательного образования, но и самоподготовки, занятий творчеством и спортом.

Школа начала внедрять стандарты нового поколения. В учебном плане первого класса спланирована внеурочная деятельность, представленная клубными занятиями: «Сказкотерапия», «Риторика», «Подвижные игры».

Уделяем внимание качественной организации сбалансированного горячего питания, медицинского обслуживания и спортивных занятий школьников. Своевременная диспансеризация, реализация профилактических программ, организация внеурочных спортивных мероприятий, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни в значительной степени влияют на улучшение здоровья школьников.

Перед школой стоит задача создания здоровьесберегающей среды в ОУ. Основополагающим элементом в создании механизма здоровьесберегающей среды является организация режима труда и отдыха школьников и педагогов, создание таких условий работы, которые обеспечили бы высокую работоспособность учащихся, с этой целью создана программа «Здоровье», в которой предусмотрены основные комплексы мер:

1) рациональная организация учебного процесса в соответствии

с нормами и гигиеническими требованиями;

2) рациональная организация двигательной активности учащихся;

3) организация рационального питания;

4) система работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Обращается внимание на двигательную активность учащихся. Ежедневная утренняя зарядка, физкультминутки на уроках, недели здоровья в каждой четверти, спортивные кружки(ОФП, «Спортивные игры», «Русские народные подвижные игры»),дети посещают спортклуб «Бонифаций» и спортшколу в г. Старая Русса .

Организация питания.

Все учащиеся питаются в школьной столовой. Дети получают завтраки и обеды. Для удешевления питания используются овощи, выращенные на школьном участке: картофель, лук, морковь, капуста.

Оценивая здоровьесберегающие гигиенические регламенты среды и длобитания в ОУ школа набирает 191 баллов из 200 возможных.

В школе создан ПМП(к), в его составе два психолога и логопед.

В целях укрепления и сохранения здоровья школьников ведется взаимодействие с медицинскими учреждениями, волонтерами и специалистами «Молодежной приемной», специалистами ГОУ «Центр ПМСС» и отделением раннего развития детей.

Важной задачей в усилении воспитательного потенциала школы, является обеспечение индивидуализированного психолого-педагогического сопровождения каждого обучающегося. Охвачены программами психологического сопровождения учащиеся 1,5,8,9,11 классы, что составляет 57 % от общего числа учащихся.

100% учащихся охвачены превентивным образованием плюс занятия во внеурочное время с подростками поселения на базе ДК «Давай поговорим», а с 5-7 классом по программе «Линия жизни».

Спортивные кружки при школе посещало 100 % учащихся. На каждого учащегося приходилось 3 часа занятий физической культурой в неделю.

Наша школа более тесно взаимодействует с семьей: школа как центры досуга открыта в вечернее время для занятия спортом детям и их родителям, школьные праздники, концерты, спектакли, спортивные мероприятия стали привлекательным местом семейного отдыха. Для родителей дошкольников организована работа клуба молодой семьи «Родничок».

Проводимая работа администрацией и педагогическим коллективом школы способствовала повышению воспитательного потенциала образовательного процесса и дала результаты:

- в школе нет учащихся стоящих на учёте в ПДН;

- учащиеся занимают активную позицию в плане сбережения и укрепления своего здоровья; 3 учащихся бросили курить;

-заболеваемость не увеличивается выше средней ;

- повышается компетентность и творческая активность учащихся6

-программа в этом направлении участвовала в районном конкурсе «Школа-территория здоровья» и получила 3 место ;

-активную педагоги в районном фестивале «Здоровье» заняли 2 место,

-дети с агитбригадой по ЗОЖ в районном конкурсе в 2011- 3 место,

а в 2012 г.-уже 2-ое;

-в районной Спартакиаде школьников мы уже более 11 лет занимаем ежегодно призовые места,

-в районном смотре-конкурсе уровня физического воспитания школьников

в 2011-2012 учебном году-1 место;

-1 место в 2012 г. в районном конкурсе «Безопасное колесо»

(Результативность внедрения ,презентация.приложение№5)