

Программа занятий
по профилактике «вредных привычек»
«Каникулы здоровья».

Мурманская область

ЗАТО Александровск

Город Гаджиево

Муниципальное автономное
общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа №279 имени Героя
Советского Союза контр-адмирала Лунина
Николая Александровича»

МАОУ СОШ №279

**Социальный педагог
МАОУ СОШ №279:
Е.А. Федотовская**

Программа занятий «КАНИКУЛЫ ЗДОРОВЬЯ»

Направлена на профилактику правонарушений, девиантного поведения несовершеннолетних, на воспитание социального интеллекта и навыков здорового образа жизни .
Призвана развить мотивацию к укреплению здоровья.

Целевая аудитория:

Учащиеся 7-11 классов, возраста 12-17 лет.

Длительность реализации:

7 дней.

Программа универсальна, ориентирована на работу в разновозрастном коллективе.

ЗАДАЧИ:

- Сформировать необходимые знания, умения, навыки здорового образа жизни и научить использовать полученные знания в повседневной жизни.
- Развивать у детей мотивационную сферу безопасного поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- Формировать негативное отношение к факторам риска здоровья (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и др.).
- Информировать о правах и ответственности за нарушение законов и содействовать в формировании навыков законопослушного поведения.

Механизм реализации программы:

Подготовительный этап:

разработка программы, подготовка методического материала, отбор кадров, приглашение участников программы из учреждений системы профилактики.

Организационный этап:

встреча детей, формирование детских отрядов, презентация предстоящей деятельности.

Основной этап:

реализация идеи программы, проведение информационных, просветительских, познавательных, развлекательных, спортивно-массовых мероприятий по формированию установок на ЗОЖ.

Заключительный этап:

анализ реализации программы и выработка рекомендаций.

Методы:

Беседа
Игра
Анкетирование

Мозговой штурм
Разминка
Самодиагностика

Формы:

Дискуссии
Тренинг
Практикум

Направления работы по реализации программы:

Во время занятий дети слушают сообщения информационного, правового и медицинского характера о негативных факторах, угрожающих здоровью, проводятся психологические минутки и минутки здоровья, играют в подвижные, спортивные игры.

Медицинское



Просветительское

Психолого-педагогическое



Правовое



Спортивно-оздоровительное



День 1: Знакомство

1 Здоровье. Здоровый образ жизни.



ЗДЕСЬ ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ



2 Факторы, угрожающие здоровью. Эти вредные привычки.



3 Спортивные игры.
Конкурс плакатов.



День 2: Занятие 1. Опасность здоровью: курение.

Теоретический блок.



1

Беседа-дискуссия «Подросток и никотин».

2

Особенности влияния никотина и других токсических веществ на развитие организма человека.



3

Закон РФ «О запрете курения»



День 2: Занятие 1. Опасность здоровью: курение.

Практический блок.

1

- Тест: «Что мы знаем о курении».
- Тренинги конструктивного взаимодействия «Не хочу курить», «Да и нет».
- Изготовление рисунков, плакатов о вреде курения.



2 Спортивный праздник «Движение – это жизнь».



День 3: Занятие 2. Опасность здоровью: наркотики.

Теоретический блок.

1

Человек и наркотики. Причины наркомании.
Как защититься от наркотика?



2

Информация о наркомании как о болезни, которую человек приобретает по своему собственному выбору.



3

Законодательство РФ в отношении распространения и приобретения наркотических средств. Наркотики в зеркале статистики.

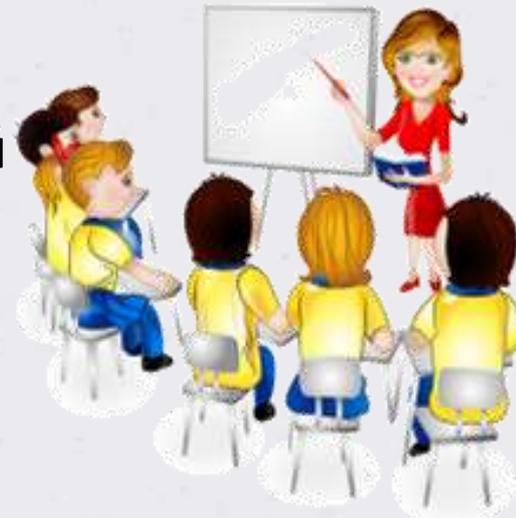


День 3: Занятие 2. Опасность здоровью: наркотики.

Практический блок.

1

- Тренинг принятия решения «Учись говорить нет». Упражнение «Попробуй отказаться».
- Игры: «Ассоциации», «Словесный портрет».
- Анкета «Наркотики и подросток».
- Конкурс плакатов, буклетов: «Скажем наркотику - нет!»



2

Спартакиада здоровья.



День 4: Занятие 3. Опасность здоровью: ПАВ.

Теоретический блок.

1

Психоактивные вещества. Причины употребления. Преодоление проблем.



2

Химическая зависимость, выявление, лечение.



3

Законодательство РФ в отношении распространения и приобретения наркотических средств.

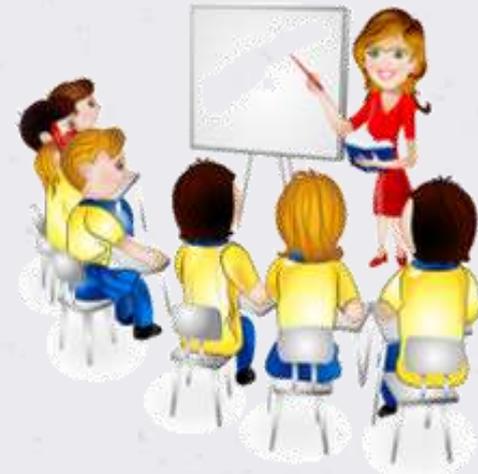


День 4: Занятие 3. Опасность здоровью: ПАВ.

Практический блок.

1

- Тренинг принятия решения «О провокации.»
- Как вести себя с кукловодами?».
- Игра «Марионетки».



2

Час досуга «Сценки о ЗОЖ»



День 5: Занятие 4. Опасность здоровью: Вич/Спид.

Теоретический блок.

1

СПИД – реальность или миф.



2

«Особенности заболеваний иммунной системы, особенности ВИЧ-инфекции, СПИДа»



3

Права и ответственность ВИЧ/СПИД – инфицированных граждан. Связь наркомании с преступностью, заболеванием СПИДом, меры их предупреждения.



День 5: Занятие 4. Опасность здоровью: Вич/Спид.

Практический блок.

1

- Упражнение «Живая диаграмма»
- с целью выявления уровня знаний по проблемам ВИЧ/СПИДа.
- Оформление памятки.



2

Мастер-класс «Игры с мячом»



День 6: Занятие 5. Опасность здоровью: Алкоголь.

Теоретический блок.

1

Подросток и алкоголь. Почему люди употребляют алкоголь? Социальный вред алкоголизма.



2

Последствия употребления алкоголя здоровью подростка.

3

Уголовная ответственность лиц, совершивших преступление в состоянии опьянения.



Практический блок.

- Тренинг конструктивного взаимодействия «Спасибо, нет!»
- Пантомима: «Нет, я не иду с вами».

