

Описание практики «Действуй ради жизни!»

1. Наименование практики.

«Действуй ради жизни!» (из опыта работы Районного кабинета профилактики наркомании, пропаганды здорового жизни среди детей, подростков и молодежи МБУ ДО ДЭБЦ города Крымска).

2. Место реализации практики и целевая аудитория.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Детский эколого-биологический центр города Крымска муниципального образования Крымский район.

Юридический адрес: 353384, г. Крымск, ул. Свердлова, 5-а. Тел/факс 86131 2-42-04, тел. 2-42-06, e-mail: debc_krymsk@mail.ru.

Гулакова Евгения Александровна, педагог-организатор, методист Районного кабинета профилактики наркомании, пропаганды здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи МБУ ДО ДЭБЦ города Крымска; тел. 89288815317, e-mail: gulakova1981@list.ru.

Практика реализуется с учащимися, педагогами и родителями образовательных организаций муниципального образования Крымский район, учащимися и педагогами Районного кабинета профилактики наркомании, пропаганды здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи МБУ ДО ДЭБЦ города Крымска без ограничений по возрасту.

3. Содержательные основания, раскрывающие суть практики.

Актуальность практики.

Как воспитать в подростках ориентацию на здоровый образ жизни? Как предостеречь их от влияния улицы, воздействия негативных элементов социума, выработать высоко нравственные поведенческие установки?

Специалисты Районного кабинета профилактики наркомании, пропаганды здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи для решения этих проблем в своей деятельности используют позитивную первичную профилактику (или обучение жизненным навыкам).

Основной ее целью является формирование и приобретение навыков, которые помогут детям, подросткам и молодежи лучше понимать себя, сделать положительный здоровый выбор в жизни, принимать решения с четким осознанием собственного поведения и с ответственным отношением к социальным и культурным требованиям в условиях быстрых социальных изменений; также способствует улучшению психологического климата в классах, развитию успехов в учебе, положительных взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.

Тактика и методы запугивания и устрашения с установкой на страх наркозависимости, может не только привести к реакциям протеста у несовершеннолетних, но и вызвать любопытство и, как результат, желание испытать, так ли это на самом деле. Поэтому, проводя позитивную профилактику с несовершеннолетними, нужно опираться на резервы личности человека, дать детям знания о здоровье, здоровом образе жизни.

Практика объединяет комплекс мер и мероприятий по разработке здоровьесберегающих технологий, социально значимых инициатив для учащихся, педагогов и родителей.

Инновационный характер практики. Новизна. Нестандартность. Оригинальность.

Одно из направлений деятельности Районного кабинета профилактики наркомании, пропаганды здорового образа жизни – волонтерство. Специалисты кабинета расширили понятие «волонтер». Активная жизненная позиция, умение взаимодействовать и включаться в проект, умение получать и передавать информацию – это то, чем обладают волонтеры объединения «Действуй, ради жизни!». Выступая по принципу “равный – равному”, подростки передают сверстникам информацию на выступлениях, на занятиях с элементами тренинга, в ролевых и интерактивных играх. Обучая других, обучаются сами.

В рамках позитивной профилактики специалисты кабинета разработали нестандартную по форме – районную акцию «Агитавтобус «Круиз здоровья», которая включает в себя 5 блоков профилактической работы, позволяющие выработать у учащихся стойкое негативное отношение к вредным привычкам: 1 блок – кинолекторий «Три ступени, ведущие вниз» (проводит врач-нарколог); 2 блок – игра-активатор «Операция ЗОЖ» (методист кабинета); 3 блок – психологические тренинги на мотивацию «Сам себе психолог», «Помоги себе сам» (педагоги-психологи); 4 блок – занятия по семейному воспитанию «Дети – зеркало своих родителей» (социальный педагог); 5 блок – выступление волонтеров объединения «Действуй, ради жизни!». Акция позволяет одновременно охватить большое количество учащихся разными по содержанию мероприятиями.

Цели и задачи, которые решались в рамках реализации практики.

Целью практики является создание условий для воспитания здоровой, гармоничной, свободной личности, ориентированной на усвоение ценностей здорового образа жизни через реализацию комплексной системы мер первичной профилактики вредных привычек среди детей и подростков и пропаганду здорового образа жизни в образовательных организациях муниципального образования Крымский район.

Задачи:

- повышение эффективности воспитательной деятельности в системе образовательных организаций, организаций физической культуры и спорта, уровня психолого-педагогической поддержки социализации детей;
- вовлечение учащихся в интеллектуально-познавательную, творческую, общественно полезную, трудовую деятельность как важного условия формирования ценностей здорового образа жизни;
- выработка у подростков моделей поведения в различных жизненных ситуациях как противостояние негативному воздействию пагубным привычкам; формирование у них личностных ресурсов, обеспечивающих развитие социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни;
- объединение усилий педагогов, родителей, медицинских работников, общественности в работе по сохранению и укреплению физического, психического, нравственного здоровья детей через создание системы мотивации подростков к активному и здоровому образу жизни;
- формирование мобильной и эффективной системы консультативной и методической помощи образовательным учреждениям с целью повышения психолого-педагогической компетентности педагогов;
- использование эффективных педагогическо-психологических технологий для оказания социально-психолого-педагогической помощи детям, подростками молодежи, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Средства и способы реализации практики.

Районный кабинет профилактики наркомании, пропаганды здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи начал свою деятельность на базе Детского эколого-биологического центра города Крымска в 2006 году. За годы работы специалисты кабинета: методист, педагоги-психологи, социальный педагог, врач-нарколог, детский гинеколог изменили и усовершенствовали методы и формы профилактической работы. И сейчас реализуют методы позитивной первичной профилактики или обучение жизненным навыкам (<https://ekocentr.obr23.ru/item/334588>).

Основными направлениями деятельности являются:

1. Профилактическая работа – позитивная первичная профилактика (обучение жизненным навыкам) среди детей, подростков и молодежи.

Проводя позитивную профилактику с несовершеннолетними специалисты кабинета опираются на резервы личности человека.

Наряду с традиционными лекциями, беседами, опросами, кинолекториями, педагоги успешно проводят:

- тренинги, брейнстроминг, упражнения на взаимодействие в группах, где учащиеся непосредственно проживают психологические и жизненные ситуации;
- анонимные индивидуальные и групповые беседы педагогом-психологом, которые позволяют создать условия для формирования таких жизненно важных умений как установление и поддержание гармоничных отношений, принятия решения, противостояние групповому давлению, преодоление стресса и кризисных ситуаций. На мероприятиях демонстрируются видеоролики «Решать тебе», «Ты сможешь!», выполняются упражнения «Аукцион», «Да! Нет!», «Костёр проблем», «Собери»;
- районная акция «Агитавтобус «Круиз здоровья», которая включает в себя 5 блоков профилактической работы, позволяющие выработать у учащихся стойкое негативное отношение к вредным привычкам: 1 блок – кинолекторий «Три ступени, ведущие вниз» (проводит врач-нарколог); 2 блок – игра-активатор «Операция ЗОЖ» (методист кабинета); 3 блок – психологические тренинги на мотивацию «Сам себе психолог», «Помоги себе сам» (педагоги-психологи); 4 блок – занятия по семейному воспитанию «Дети – зеркало своих родителей» (социальный педагог); 5 блок – выступление волонтеров объединения «Действуй, ради жизни!». С данной акцией специалисты кабинета посещают в течение учебного года все 34 общеобразовательные организации муниципального образования;
- районные конкурсы для муниципальных образовательных организаций: на лучший фотоколлаж «Жизнь со знаком плюс!», социальной рекламы «Мы выбираем жизнь!», интернет-конкурс на лучший мотиватор «Здоровое поколение - процветание Кубани», конкурс агитационных бригад «Прожектор здоровья», конкурс мультимедийных презентаций «Мы выбираем жизнь!», конкурс на лучший флэшмоб здоровья «Движение - наша жизнь!»;
- районные социальные акции «ЗОЖ дарит радость!», «Я люблю, Крымск!», «Здоровью зеленый свет!», «Будущее Крымска без табачного дыма!», «Молодежь 21 века без наркотиков», «Лето без ошибок» проводятся в общественных местах города и района (парках, скверах, площадях) и сопровождаются яркой атрибутикой, плакатами, листовками, буклетами и подарками;
- медицинская гостиная «Секреты взрослеющей девочки», где затрагивались вопросы не только детской и подростковой гигиены и гинекологии, но пагубное влияние табака, алкоголя и наркотиков на растущий организм. Девочки подросткового возраста с большим интересом посещают гостиную и задают интересующие их вопросы;
- месячники «За чистые лёгкие», «Лето без ошибок», «Миссия жить!», в рамках которых кинолекторий «Табачный дым – невидимый убийца», беседа «Курение и я», тренинги «Я не курю!», «Выбор за тобой», «Береги жизнь, другой не будет!», занятие с элементами тренинга «Научись себя беречь!»;
- районный антинаркотический фестиваль «Энергию молодых в здоровое русло!», в котором принимают участие агитбригады, творческие и спортивные объединения учащихся из муниципальных образовательных организаций;
- летняя муниципальная профильная смена «Волонтер», организуется для волонтеров кабинета и проходит под девизом: «Люди помочь друг другу должны, Кто это сделает, если не мы? Мы волонтеры великой страны, Наши дела России нужны!» (<https://ekocentr.obr23.ru/item/334589>).

2. Волонтерская деятельность («Школа волонтеров: действуй ради жизни!»).

Пятый год в Детском эколого-биологическом центре развивается волонтерское движение. Волонтерский отряд – важная составляющая работы Районного Кабинета профилактики наркомании и пропаганды здорового образа жизни. В рамках волонтерской деятельности проводится профилактическая, патриотическая, экологическая и просветительская работа. Выступая по принципу «равный – равному», волонтеры передают сверстникам информацию на выступлениях, тренингах, проводят различные тематические акции. Обучая других, обучаются сами.

Деятельность волонтерских объединений основывается на двухгодичной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе социально-педагогической направленности «Школа волонтеров: действуй ради жизни!» (<https://ekocentr.obr23.ru/item/334560>).

Волонтеры постоянно принимают участие и являются организаторами большого количества мероприятий: профилактических акций «Табак на книги ты меняй, здоровый образ выбирай!», «Волонтеры Крымска против наркотиков!», «Красный тюльпан надежды», приуроченной ко Дню борьбы со СПИДом, патриотических акций «Мы этой памяти верны!», «Я люблю, Крымск!», «Овеяна славой родная Кубань!», экологических «Берегите лес!», «Чистые берега!», «Мы за чистый город!», «Крымск – город мечты!», активные участники агитавтобуса «Круиз здоровья», районного конкурса агитационных бригад «Прожектор здоровья», районного антинаркотического марафона «Энергию молодых в здоровое русло!».

Жителям города и района, участникам акций вручаются книги, фрукты, шары, а также листовки, флажки, календари и магниты.

В летний период волонтерский отряд активный участник муниципальной профильной смены «Волонтер», в рамках которой проводятся для воспитанников летних профильных лагерей акции «Лето без ошибок», «Молодежь XXI века против наркотиков», флешмобы и спортивные игры.

Чтобы максимально заинтересовать и привлечь молодежь Крымского района к пропаганде здорового образа жизни специалистами кабинета и волонтерами как одним из эффективных средств профилактической работы используются социальные сети. Так, создана группа на сайте В Контакте «Мы за ЗОЖ!» (г. Крымск).

Проведенная работа каждого волонтера отмечается в личной волонтерской книжке, зарегистрированной в единой краевой базе волонтеров Кубани.

3. Просветительская работа с педагогами – оказание помощи в организации профилактической работы, использовании здоровьесберегающих технологий.

Организуются обучающие семинары и практикумы по сохранению и укреплению физического, психического и нравственного здоровья школьников для педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей, заместителей директоров по воспитательной работе («Формирование гражданско-правовых знаний через воспитательные мероприятия», «Суицидальное поведение в подростковой среде», «Стратегия поддержки учащихся группы риска в период подготовки к итоговой аттестации», «Лето без ошибок», «ЗОЖ – путь к безопасности», «Воспитание гражданина и патриота через волонтерскую деятельность», «Профилактика синдрома эмоционального выгорания», «Стратегия поддержки учащихся в период подготовки к экзаменам», «Правила проведения профилактической работы»).

Специалисты кабинета оказывают методическую помощь классным руководителям – проводят акцию «Экотелеграмма», в рамках которой подбираются методические материалы (видеоролики, мультфильмы, сценарии профилактических мероприятий, тренингов) и отправляются во все муниципальные образовательные организации.

Педагоги (классных руководителей, педагогов-психологов, социальных педагогов) могут принять участие в районном конкурсе на лучшую методическую разработку внеклассного мероприятия по профилактике вредных привычек и пропаганде здорового образа жизни, организованного на базе МБУ ДО ДЭБЦ.

4. Просветительская работа с родителями – ознакомление с направлениями профилактической помощи детям и подросткам.

Родительские лектории одна из основных, традиционных форм работы Кабинета. Темы их разнообразны: «Угроза Спайса», «Добровольное тестирование на употребление ПАВ», «Здоровье детей», «Вредные привычки и их последствия», «Спайс - смерть».

В течение учебного года специалистами проводятся индивидуальные консультации с учащимися и родителями. Частые проблемы: конфликты в классе, трудности в отношениях с родителями и учителями, семейные конфликты, проблемы отношений.

5. Межведомственное и сетевое взаимодействие (МКУ «Крымская ЦРБ», антинаркотическая комиссия МО Крымский район, казачество, управление культуры, управление физкультуры и спорта, отдел по делам молодежи и другие).

Данные о результативности.

2015 год – представление опыта работы Районного Кабинета профилактики наркомании и пропаганды здорового образа жизни «Влияние методов позитивной первичной профилактики на снижение показателей наркоситуации в образовательных организациях Крымского района» на зональном семинаре педагогов дополнительного образования Геленджикской зоны Краснодарского края «Традиции и инновации в системе дополнительного образования».

2016 год – I место в краевом конкурсе «Дети Кубани - за здоровый образ жизни» в номинации «Лучший социальный видеоролик по профилактике наркомании и формированию здорового образа жизни».

2017 год – Победитель Всероссийской акции «Спорт-альтернатива пагубным привычкам» в номинации «Организация волонтерской просветительской работы», победитель регионального этапа Всероссийской акции «Спорт-альтернатива пагубным привычкам» в номинации «Организация волонтерской просветительской работы».

Ежегодный охват профилактической работой специалистами Районного Кабинета профилактики наркомании и пропаганды здорового образа жизни представлен в следующей таблице (<https://ekocentr.obr23.ru/item/334590>).

	2014 – 2016	2016 – 2017	2017 – 2018	2018 – 2019
Учащиеся	9897	9000	7005	6180
Родители	3972	500	200	550
Студенты	750	1100	2015	1150
Население	1200	1500	720	1120
Педагоги	370	100	60	
ВСЕГО	15689	12420	10000	9000

По результатам таблицы видно снижение численности охвата профилактической работой, которое связано с уважительными причинами – 2 педагога-психолога в 2017 году ушли в декретный отпуск. На 2019 – 2020 учебный год принят педагог-психолог на время ушедших.

4. Возможность использования предоставляемого материала в образовательных организациях системы дополнительного образования детей края.

Работа по профилактике вредных привычек и пропаганде здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи является одним из важных направлений воспитательной работы, поэтому деятельность Районного кабинета очень актуальна.

Богатый учебно-методический комплекс и наглядные материалы, разработанные и сформированные специалистами кабинета могут быть использованы всеми желающими для успешной реализации профилактической работы, как в общеобразовательных организациях, так и организациях дополнительного образования.