

Садырга Светлана Васильевна

социальный педагог

МБОУ «СОШ №60»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ

***Аннотация:** данная статья направлена на профилактику наркомании в подростковой среде. Профилактика – это система мер, направленных на предупреждение негативных последствий.*

***Ключевые слова:** Профилактика, наркомания, обучающиеся.*

В подростковом возрасте наркомания чаще всего возникает в результате неправильного воспитания, проблем с семьей, пробелов в образовании и социальной изоляции. Статистика показывает, что средний возраст приобщения к наркотикам в России- 15–17 лет, и резко возрастает количество детей, которые употребляют наркотики 9–13 лет. В подростковом возрасте наркомания очень быстро возникает, дети начинают принимать запрещенные вещества, стараясь избавиться от проблем, устранить неприятные ощущения и внутренний дискомфорт. В подростковом возрасте многие не знают, как справиться с проблемой, если обучающийся умеет хорошо общаться и находится в безопасности, то он меньше предрасположен к наркотикам.

Мы полагаем, что необходимо создавать в школе условия, расширяющие безопасное место для детей, в котором он будет чувствовать себя здоровым и интересным.

Таким образом, появилась необходимость создать новые подходы и методы активизации детей. Одним из этих приоритетных направлений является движение волонтеров, способствующие вовлечению молодежи в социальную деятельность, а также участвует в развитии и улучшении здоровьесберегающих, социально-политических компетенций подрастающих поколений.

Волонтеры (от англ. Volunteer – доброволец) – люди, которые помогают на добровольной основе по «воли сердца» всем, кто нуждается в этом. Они делают доброе дело, раскрывая свои способности и качества.

Волонтёрами становятся дети, которые осознают, что они лично ответственны за происходящее сейчас в обществе. Эта работа способствует не только развитию чувства соприкосновенности с общественными делами, но также и ответственности за себя, за свою деятельность.

Волонтеры помогают понять своим сверстникам, как важно быть здоровым, и учат их бережно относиться к своему здоровью.

Волонтером могут быть любые подростки или молодые люди, которые по какой-либо причине проявили интерес к данной деятельности и желают в ней активно работать.

Целью волонтерского движения является пропаганда ЗОЖ среди учащихся образовательного учреждения.

Задачи:

1. Развивать у обучающихся навыки общения, саморегуляции, положительных «Я-концепций» и адекватной самооценки, помочь осознать свои жизненные ценности.
2. Ознакомит молодых людей с последствиями пагубной привычки, научит предотвращать инфекционные и неинфекционные заболевания, ПАВ.
3. Сформировать у учащихся навыки безопасного поведения, а также актуализировать желание здорового образа жизни.

Структура Волонтерского движения:

1. Куратор – занимается подбором волонтеров, обучает их пропаганде ЗОЖ среди населения, устанавливает контакты с администрацией школ города, контролирует деятельность волонтеров, подбирает материал для лекций и бесед.
2. Информационный блок – 3 – 4 человека, занимаются подборкой материала для выступлений волонтеров, художественное и компьютерное оформление (буклеты, плакаты, компьютерные презентации, фотографии и т. д.).

3. Лекционная группа – 10 – 15 человек, выступает с лекциями и беседами по пропаганде ЗОЖ среди учащихся школ.

4. Агитбригада – 5 – 7 человек, разрабатывает сценарии, выступает перед учащимися школы.

В школе принято Положение о волонтерском движении, разработана Программа волонтерского движения, План работы, Тематический план лекций, тренингов.

Основные темы мероприятий

«Профилактика алкоголизма, табакокурения, наркомании», «Профилактика абортов», «Профилактика ИППП», «Профилактика ВИЧ», «Профилактика инфекционных заболеваний – гепатитов, туберкулеза», «Профилактика неинфекционных заболеваний – кариеса, близорукости», «Гигиена полости рта», «Гигиена девочек подростков», «Режим дня», «Рациональное питание», «Компьютер и здоровье», «Влияние сотовых телефонов на здоровье», «Чистота залог здоровья», «Суицид в подростковом возрасте», «Проблемы взаимоотношений подростков и взрослых», «Дружба и любовь».

Пропаганда ЗОЖ (профилактика наркомании и т. д.) в нашей школе ведется по трем направлениям:

- работа с учащимися;
- работа с родителями;
- работа с классными руководителями.

Работа с учащимися включает следующие мероприятия:

- проведение индивидуальной профилактической работы с несовершеннолетними склонными к употреблению ПАВ, «Полезные навыки», «Полезные привычки»;
- беседы и лекции специалистов «Подросток и ПАВ»;
- городская акция «Творчество для всех» по изготовлению коллажей на тему: «В здоровом теле – здоровый дух»
- «Повышение самооценки и уверенности в себе», «Любите и уважайте ребенка», «Здоровый образ жизни», «Умение выйти из конфликтной ситуации»;

- классные часы на следующие темы «О здоровом образе жизни», «ЗОЖ это мы!»; общешкольный классный час «Береги здоровье смолоду»;

- спортивные соревнования в рамках мероприятий: «Спорт как альтернатива вредным привычкам», «Веселые старты» 1–4 классы, «День Здоровья» 1–11 классов, участие во Всероссийском Месячнике Здоровья (5–11 классы)

- конкурс рисунков на тему «Здоровый образ жизни», «Мы любим жизнь» 1–11 классы;

- тематические беседы с просмотром видеороликов

Работа с педагогами строится прежде всего на подборке методического материала для работы с обучающимися.

Основные формы профилактической работы с родителями:

- индивидуальные консультации;

- групповые консультации, родительские собрания;

- всеобуч родителей (лекции, практикумы, групповые дискуссии, обмен опытом семейного воспитания);

- организация совместного с детьми проведения досуга;

- организация совместных с детьми мероприятий и классных часов.

Успешность проведения профилактики во многом зависит от способности педагогов наладить контакт с родителями- особенно с проблемными, трудными детьми. С родителями проводится просветительско-профилактическая работа, в которую входят: родительские собрания, где обсуждаются вопросы и доклады с участием приглашенных специалистов: «Роль семьи в предотвращении наркомании и табакокурения», «Роль семей в борьбе с наркоманией, табакокурением и токсикоманией», «Значение физической активности, физического воспитания и здоровья», тренинги по этикету для детей и взрослых», «Как научиться отвечать за свою работу», «Ответственность родителей», помощь психолога школы и информация родителям «Что нужно знать об их детях», «Куда обратиться за помощью при различных ситуациях», «Действие наркотических и психотропных веществ на организм ребенка и подростка» информация по педагогам и родителям.

Спортивный праздник с участием родителей, «Мама, папа, я – спортивная семья», рекомендации родителям о проведении детьми летнего отдыха.

Периодически (2 раза в год) в школе проводится анкетирование учащихся 5–11 классов «Твой выбор», «15 ответов на трудные вопросы».

В заключении хочется отметить, что положительная динамика есть. В школе увеличивается количество ребят желающих заниматься волонтерской деятельностью. По итогам анкетирования в 7–9 классов (сентябрь 2025 г.) процент обучающихся осознающий важность духовного и физического здоровья вырос на 28% по сравнению с предыдущими показателями (октябрь 2024г.). Считаю данную работу эффективным средством по формированию культуры здорового образа жизни обучающихся, в частности противодействия наркотизации подростков.

Список литературы

1. Гетман В.А. Формирование профессиональной готовности будущих педагогов к работе по профилактике наркомании в подростковой среде : дис. ... канд. пед. наук (13.00.08) / В.А. Гетман. – Ставрополь: ТГПИ, 2009. – 179 с. EDN QENKRZ
2. Волкова Т.В. Программа формирования здорового жизненного стиля, профилактики курения, злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами у подростков 12–15 лет «Точка опоры» / Т.В. Волкова, Д.П. Яшин. – М.: МАКС Пресс, 2004. – 38 с. EDN WDQVMF
3. Еникеева Д.Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков : учеб. пособие / Д.Д. Еникеева. – М.: Академия, 1999. – 144 с.
4. Ляхович А.В. Здоровый образ жизни – альтернатива наркомании / А.В. Ляхович, А.И. Маркова. – М. ; Воронеж, 2004. – 292 с. EDN RNRZXJ
5. Гарифуллин Р.Р. Скрытая профилактика наркомании : практическое руководство для педагогов и родителей / Р.Р. Гарифуллин. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 64 с. EDN WFIAYP