

Конкурс на лучшую организацию профилактической работы  
среди образовательных учреждений края

ПРОГРАММА

**«Здоровье и социальные навыки»**

*(Программа внеклассных тренинговых занятий, сквозной курс,  
рассчитанный на обучение детей с 1 по 11 класс)*

Получила одобрение **И.В.Дубровиной** (профессора психологии, автора концепции и понятия «психологическое здоровье») на секционном заседании «Уроки психологии и психологическое здоровье» во время работы II Национальной научно-практической конференции «Психология образования: региональный опыт»

**НОМИНАЦИЯ:**

Программа первичной профилактической работы по формированию ценности здорового образа жизни посредством детско-взрослых объединений (учащийся-педагог, учащийся-родитель, учащийся-родитель-педагог, сотрудничество с внешкольными общественными объединениями)

**АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ:**

Болтач Наталия Николаевна – заместитель директора по ВР МБОУ «СОШ № 176»

Соколова Татьяна Николаевна – педагог-психолог МБОУ «СОШ № 176»

**АДРЕС:**

663690, г.Зеленогорск, Красноярского края, ул. Парковая, 40  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 176»

**ДИРЕКТОР:**  /Н.И.Екимов

**ТЕЛЕФОН:** 8 (39169)2-52-90

**E-mail:** [zamvr@sch176.zelenogorsk.ru](mailto:zamvr@sch176.zelenogorsk.ru)

2012 год

<p><i>Статус программы.</i></p>	<p>Программа реализуется с 2005 года, сначала частично, сейчас вся школа и опыт перенимают другие школы. Программа содержит несколько направлений, постоянно совершенствуется и дополняется новыми.</p>
<p><i>Место программы в воспитательной системе образовательного учреждения.</i></p>	<p>Одной из целей школы является создание единого здоровьесберегающего мотивационного поля, изменение мотивации ребенка по отношению к здоровому образу жизни.</p>
<p><i>Концептуальные основы.</i></p>	<p>Наличие знаний о необходимости вести здоровый образ жизни не означает наличия у человека компетентности в этой сфере.</p> <p>Компетентностью можно назвать общий уровень способностей или квалификации, который не только имеется у человека, но и демонстрируется им в повседневной жизни. В основе компетенции лежит определенная система психологических свойств, которые представляют собой психологическую компетенцию. Эта система включает в себя определенный «минимум социально-психологических знаний и умений их использовать для достижения успеха в различных формах взаимодействия с миром, другими людьми и самим собой».</p> <p>Отсутствие этих знаний и умений закономерно приводит человека к социальной дезадаптации, каким бы благожелательным ни был окружающий социум. Вместе с тем известно, что одним из эффективных средств профилактики дезадаптивного поведения является психологическая культура.</p> <p>Формирование у школьников потребности в здоровом образе жизни и обеспечивающих его формах поведения может быть успешно осуществлено только с помощью психологических методов и средств сохранения, укрепления и развития здоровья.</p> <p>Изучая проблему подростковой преступности и асоциального поведения, проанализировав средства, применяемые в современном обществе, мы пришли к противоречию между необходимостью успешной социализации подростков и недостаточностью и неэффективностью традиционной психолого-педагогической деятельности по усвоению норм, правил и законов жизни общества обучающимися. Мы, предполагаем, что разработка и апробация профилактической интенсивной интерактивной</p>

программы «Здоровье и социальные навыки» для подростков группы риска станет инновационной программой в воспитательном пространстве, позволит снизить количество преступлений и правонарушений, совершаемых несовершеннолетними, обеспечит социальную поддержку подросткам.

Для этого мы предусмотрели:

1. Организовать обучение педагогов инновационным практикам профилактики асоциального поведения подростков.
2. Обеспечить вовлечение несовершеннолетних в социальные практики и психологические ситуации (пробы) для их самопознания, саморазвития, самосовершенствования в разных условиях.
3. Обучить несовершеннолетних способам успешного взаимодействия с социумом.
4. Обеспечить усвоение участниками действующих Законов, правовых актов.

Средствами для достижения цели являются: обучающие семинары для исполнителей: педагогов, воспитателей, родителей, создание временных проектных команд.

Формы работы с подростками: игры, тренинговые занятия, экстремальные испытания, соревнования, спортивные тренировки, дискуссии.

**Предполагается – школьники по программе, проживая спектр различных эмоциональных состояний, усваивая законы взрослой жизни, изучат нормы поведения в обществе, культуру общения и:**

- не станут совершать противоправных действий;
- жизненно и профессионально самоопределятся;
- примут позитивное поведение за норму, и будут следовать ей;
- выберут здоровый образ.

Опыт, приобретенный участниками, поможет им избавиться или противостоять вредным привычкам. Подростки рассказывают своим друзьям о своем опыте участия в проекте, делятся яркими впечатлениями о пережитом, об успехах, пересказывают информацию и знания правовых норм и правил. Это увеличивает число потенциальных участников профилактического воздействия.

Программа представляет собой сборник «тренинговых занятий» для каждого возраста детей, составленный



	<p>школьным психологом, и включает в себя как традиционные приёмы и методы воспитательной работы с детьми, так и оригинальные авторские разработки таких известных психологов как М. Битянова, И.Вачков, О.Кардашина, С. Кривцова, Е. Мухаматулина, В. Родионов, М.Ступницкая, К.Фопель, О.Хухлаева и рекомендации организаций Консорциум «Социальное здоровье России», «Генезис», «Точка Пси», «Иматон», газета «Школьный психолог», журнал «вестник практической психологии».</p> <p><b>Блоки программы:</b></p> <p>Первый – «Букварь здоровья или жизненные навыки», программа тренинговых внеклассных занятий для учащихся 1-х классов;</p> <p>Второй - «Уроки сказок о психологическом здоровье (психологические сказки И.Вачкова)», программа тренинговых внеклассных занятий для учащихся 2-4 классов;</p> <p>Третий - «Жить в мире с собой и другими», программа тренинговых внеклассных занятий для учащихся 5-8 классов;</p> <p>Четвертый – «Я и Они», программа тренинговых внеклассных занятий для учащихся 9 классов;</p> <p>Пятый - «Я и мой выбор», программа тренинговых внеклассных занятий для учащихся 10 – 11, классов. Как видно из названий блоков, каждый из них направлен на осознание учащимися неповторимости своей индивидуальности в свой возрастной период и, вместе с тем, — на формирование у них социальных навыков и умений сохранять свое здоровье.</p>
<i>Кадровый ресурс.</i>	Психологи, классные руководители, воспитатели групп продленного дня, социальный педагог, тренера спортивных секций
<i>Участники программы.</i>	По программе «Здоровье и социальные навыки» все учащиеся школы – 9-10 занятий в каждом классе ежегодно.
<i>Тематическое планирование.</i>	Каждый классный руководитель имеет данную программу в своём пользовании, планируя классные часы он обязательно один раз в месяц проводит классный час по данной программе. Тематическое планирование классных часов по программе классные руководители прописывают в своих планах воспитательной работы на учебный год.
<i>Результаты и социальные</i>	Программа «Здоровье и социальные навыки» МБОУ «Средней общеобразовательной школы № 176»

*эффекты.*

является важнейшей частью правового (гражданского) образования в школе, способствует рождению правовых отношений на принципах толерантности) в школе – уважение к человеку, терпимость, умение договариваться и регулировать свои отношения; это программа формирования у детей самого раннего возраста установки на здоровый образ жизни; это программа позитивной деятельности учащихся, альтернативной аддиктивному поведению.

Этапы внедрения программы:

2003-2004 - апробирование программы в отдельных классах (по желанию классных руководителей)

2004-2005 - апробирование программы во всех классах

2005-2006 – обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки»

2006-2007- обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки», апробирование проекта «Краевая дистанционная олимпиада «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов

2007-2008 - обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки», работа по программе «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов, апробирование проекта «Д.О.М. (дети, милиция, обучение)» для подростков «группы риска»;

2008 -2009 - обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки», работа по программе «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов, по программе «Д.О.М. (дети, милиция, обучение)» для подростков «группы риска»; апробирование проекта «Ключ к прозрению» ( профилактика компьютерной зависимости) для подростков «группы риска»;

2009-2010 – обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки», работа по программе «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов, по программе «Д.О.М. (дети, милиция, обучение)» для подростков «группы риска»; дополнительно во всех классах занятия "Основы безопасности детей и молодежи в Интернете" (интерактивный курс по Интернет-безопасности, предлагаемый российским офисом Microsoft в рамках глобальных инициатив



Microsoft "Безопасность детей в Интернете" и "Партнерство в образовании") и «Азбуки здоровья и прав ребенка» со смешариками по программе сайта Здоровая Россия (<http://www.takzdorovo.ru/>).

2010-2011 - обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки», работа по программе «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов, по программе «Д.О.М. (дети, милиция, обучение)» для подростков «группы риска»; дополнительно во всех классах занятия "Основы безопасности детей и молодежи в Интернете" (интерактивный курс по Интернет-безопасности, предлагаемый российским офисом Microsoft в рамках глобальных инициатив Microsoft "Безопасность детей в Интернете" и "Партнерство в образовании") и «Азбуки здоровья и прав ребенка» со смешариками по программе сайта Здоровая Россия (<http://www.takzdorovo.ru/>); работа по программе «Всё, что тебя касается» для подростков «группы риска».

2011-2012 - обязательное проведение 1/3 классных часов во всех классах по программе «Здоровье и социальные навыки», работа по программе «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов, по программе «Д.О.М. (дети, милиция, обучение)» для подростков «группы риска»; «Азбука здоровья и прав ребенка» со смешариками по программе сайта Здоровая Россия (<http://www.takzdorovo.ru/>); работа по программе «Всё, что тебя касается» для подростков «группы риска».

Реализация программы «Здоровье и социальные навыки» позволила найти новые подходы в организации профилактики аддиктивного поведения учащихся в школе.

Наш опыт работы с программой показал, что борьба с вредными привычками в отрыве от формирования здорового образа жизни не имеет смысла, ибо любая из вредных привычек - не первичное явление, она заполняет вакуум в системе воспитания именно там, где здоровье и здоровый образ жизни занимают одно из последних мест в системе ценностных ориентаций ребенка или подростка.

Опыт работы по созданию единого здоровьесберегающего мотивационного поля был представлен психологом в форме презентации на XII

российской конференции «Педагогика развития» 27 апреля 2005 года и Всероссийском Интернет педсовете. Программа «Здоровье и социальные навыки» одобрена и признана как опыт воспитательной работы школы по формированию поведенческих стратегий профессором И.В.Дубровиной, автором концепции и понятия «психологическое здоровье», на секционном заседании «Уроки психологии и психологическое здоровье» во время работы II Национальной научно-практической конференции «Психология образования: региональный опыт», декабрь 2006 г.. В 2011- 2012 учебном году опыт работы по программе был представлен на городском и краевых семинарах и получил положительный отклик участников.

Результативность Программы видна в количественных и качественных параметрах:

- Вся школа охвачена массовой психологической работой (ресурсно-ориентированной терапией). Наличие на классных занятиях игровой атмосферы – один из лучших показателей того, что дети задействуют свои ресурсы, взаимодействуют, учатся друг у друга.
- Опыт проведения занятий показал ее доступность Программы для учителей, не имеющих специального психологического образования. Выбирая способы реализации программы, классные руководители решают задачи не столько передачи знаний, сколько создания у детей стойких убеждений в приемлемости или неприемлемости соответствующих способов поведения. При этом соблюдается определенная последовательность: сначала у учащихся формируется представление о предмете или явлении, затем необходимо выработать соответствующее отношение к нему и, далее, осваиваются адекватные способы поведения в данной ситуации. Классные руководители неоднократно показывали свой опыт работы по программе на городском, краевом методических семинарах.
- Вокруг детей с самого раннего детства создается такая учебно-воспитательная среда, которая насыщена атрибутами, символикой, терминологией, знаниями, ритуалами и обычаями здоровьесберегающего характера. Конечно, это

приведет и уже приводит к формированию потребности вести здоровый образ жизни, к сознательной охране своего здоровья и здоровья окружающих людей, к овладению необходимыми для этого практическими навыками и умениями.

- Изменяется психологический климат класса, школы. Дети учатся справляться со своим жизненным опытом, часто болезненным; учатся говорить от первого лица, выражать свои чувства, свои тайные желания. Интерактивные групповые занятия для детей – это увлекательное путешествие для души и ума.
- Многие ученики, учителя и родители стали понимать, что умение учиться важнее получения готовых знаний, стали ценить интуицию больше чем коэффициент интеллекта, делать акцент на сотрудничество, а не на соперничество.
- У многих детей и подростков развились компетентности, направленные на взаимодействие и толерантность.
- Выпускники школы успешно поступают в высшие учебные заведения и успешно адаптируются в социуме.
- В школе был создан кабинет «Здоровье», где классные руководители совместно с психологом проводят занятия с детьми и родителями. Выпущен мультимедийный диск с рекомендациями, разработками, советами, памятками, который есть у каждого классного руководителя, и при желании у родителей
- Мы фиксируем, что в настоящее время школа накопила существенный ресурс для организации качественного образовательного процесса, вовлечения учащихся в продуктивную внеурочную деятельность и дополнительное образование (процент занятости стабилен на протяжении нескольких лет – 91%); имеется продуктивный опыт работы с трудными детьми, детьми и семьями группы риска.

Формирование навыков стратегий поведения - это долговременный процесс. Важно не только накапливать знания, но и находить им практическое и постоянное применение на уровне естественных потребностей, привычек, привязанностей. Недостаточно знать и



	<p>понимать, важно жить этим.</p> <p>Исходя из этого, мы видим, как меняется отношение детей к здоровому образу жизни на основе формирования традиций и ценностных мотиваций.</p> <p>Работа по программе открыла новые проблемы и направления, с которыми надо работать</p> <p>Социальный паспорт обучающихся и их родителей, реальные социальные и образовательные запросы, вызовы времени ставят проблему поиска новых механизмов и апробирования новых программ профилактики, которые обеспечат возможность социальной и образовательной успешности каждому учащемуся, обеспечения равных возможностей в реализации своих жизненных целей.</p>
<p><i>Перспективы развития программы.</i></p>	<p>В рамках данной программы уже были созданы подпрограммы, многие из них были успешными и продолжают работать сегодня.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Программа «Краевая дистанционная олимпиада «Все работы хороши – выбирай на вкус» для 8-9 классов</li> <li>• Программа «Д.О.М. (дети, милиция, обучение)» для подростков «группы риска»;</li> <li>• Программа «Ключ к прозрению» ( профилактика компьютерной зависимости) для подростков «группы риска».</li> </ul>
<p><i>Методическое обеспечение</i></p>	<p>Зеленогорское отделение Федерации психологов образования России (gospsy.ru)</p> <p>Методические рекомендации В.Н. Касаткин «Основы педагогики и психологии здоровья», Вадим Родионов «Психология здоровья школьников: технология работы»</p>
<p><i>Приложение</i></p>	<p>Разработки занятий по параллелям</p> <p>Электронные презентации программы</p>