

**Территориальное общественное самоуправление**

**«Родник»**

Адрес: с. Новоильинск ул. Ленина 23 телефон 45 – 3 – 90

**Проект**

**«ЗОЖ - ЭТО МОДНО»**





Председатель ТОС «Родник»: Черкасова А.П. Адрес: РБ, Заиграевский район, с. Новоильинск, ул. Ленина 7/2. Моб. Тел. 89240178148

Руководитель проекта: Комышан М.С..Адрес: РБ, Заиграевский район, с. Новоильинск, ул. Мира 7/1. Моб. Тел. 89836376300

Срок выполнения проекта: 1 год Территория ТОС «Родник»

Запрашиваемая сумма: 244300 тысяч рублей, полная стоимость: 413730 тысяч рублей

## СОДЕРЖАНИЕ

Наименование	Страница
Описание конкурсного проекта	4
Актуальность темы	4
Цели проекта	7
Задачи проекта	8
Обоснование социальной значимости проекта.	12
Пояснительная записка	18
Ресурсное обеспечение проекта	24
Сроки и этапы реализации программы	27
Направления проекта	29
Основные направления работы	38
Основные мероприятия в рамках реализации проекта	40

### **Информационная карта проекта:**

Проект по пропаганде здорового образа жизни «ЗОЖ – это модно»

### **Сроки реализации проекта:**

Организационно - подготовительный этап:– сентябрь 2022 года.

Этап реализации:– октябрь 2022 года - май 2023 года

Заключительный этап: – июнь 2023 года

### **Авторы:**

Комышан Мария Сергеевна

Швецова Алена Павловна

### **Организация:**

ТОС «Родник»

## 1. ОПИСАНИЕ КОНКУРСНОГО ПРОЕКТА

### **Актуальность темы:**

Тема формирования здорового образа жизни у подрастающего поколения очень актуальна, а в наше время особенно, поскольку с каждым годом увеличивается количество учащихся, имеющих проблемы со здоровьем, немало учащихся имеют вредные для здоровья привычки, что очень пагубно сказывается, как на духовном, так и физическом состоянии здоровья.

Девизом нашей работы по формированию ЗОЖ стали слова Карлейля: «Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы», следовательно, основную цель мы видим в формировании у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, навыков культуры здорового образа жизни, приобщении к занятиям физической культурой и спортом. Думается, ни у кого нет сомнения в том, что здоровый образ жизни ведет к процветанию. Все мы от рождения получаем определенный генетический набор, который должен обеспечить достижение максимально возможных жизненных целей. Но реализовать эти возможности на практике и достичь своего жизненного потолка даже в идеальных жизненных условиях могут только здоровые люди, которые среди ведущих здоровый образ жизни существенно больше. Проблема здоровья учащихся становится приоритетным направлением развития образовательной системы, стратегическая цель которой – воспитание и развитие свободной жизнелюбивой личности, обогащенной научными знаниями о природе и человеке, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению. Ведущими задачами в настоящее время являются: развитие интеллекта, формирование нравственных чувств, забота о здоровье детей. Таким образом, проблема сохранения и укрепления здоровья детей, формирования осознанного стремления к здоровому образу жизни действительно остается актуальной и может быть решена, на наш взгляд, путем реализации проекта. В современном мире здоровье является универсальной ценностью и обществу нужны не только современно образованные, но физически здоровые молодые люди. Здоровье – это капитал, без которого человек не может полноценно участвовать в профессиональной и социальной жизни. По мнению ученых, наше здоровье на 50 % зависит от образа жизни, на 20 % определяется наследственностью, на 20 % окружающей средой, и только 10 % зависит от медицинских факторов. Поэтому необходима смена оздоровительной парадигмы, самого подхода к решению проблем, связанных со здоровьем. Общественное внимание должно переместиться на формирование и пропаганду способов здорового образа жизни, основанных не столько на медицинских, сколько на культурных, социальных и экологических факторах. Чем раньше у подростка сформируется мотивация, то есть осознанная необходимость заботиться о своем здоровье, тем здоровее будет каждый конкретный человек и общество в целом. Большинство подростков очень мало знают о своем теле, об особенностях его строения и функциях, о здоровье как главной ценности человека. Из-за отсутствия элементарных знаний молодой человек совершает множество ошибок. К сожалению, очень часто эти ошибки становятся роковыми.

Необходимость разработки проекта по формированию здорового образа жизни в условиях не только нашего учебного заведения, но и пределы границы ТОСа для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей неслучайна. Дети такой категории в настоящее время не обделены вниманием СМИ, власти и бизнеса, которое основывается, прежде все на рекламе спонсоров. А детям, необходимо, прежде всего, личное общение, ласка, нежность и забота, которую не заменяют даже пластиковые окна. Дети сироты – это серьезная трагедия и боль нашего общества, поэтому решать ее нужно через объединение различных структур и посильный вклад нашего объединения. В условиях сельской местности, где отсутствуют не только Дома творчества, спортивные и музыкальные школы, но и элементарные бытовые условия, ситуация усугубляется отсутствием возможности самореализоваться. В настоящее время население села Новоильинск составляет примерно 5300 человек, из них по данным статистики 1300 составляют социальные дети, 30 % составляют социальные семьи. Также по данным статистики растет в геометрической прогрессии число детей – сирот 52 человека – это примерно 1 % от всего населения с. Новоильинск. Неблагополучный образ жизни приводит к ухудшению состояния здоровья детей. На территории ТОСа «Родник», который создан на базе ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» в общежитии проживает 61 человека детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Из них круглогодично 15 человек в возрасте от 16 до 21 года. Коллективом ТОСа «Родник» делается все возможное, чтобы как – то заинтересовать категорию таких детей, вовлечь их в кружки и секции, занять их свободное время. Это делается для того, чтобы дети – сироты как можно меньше проводили свое свободное время на улице (в негативном смысле слова). Конечно, особое внимание уделяется спортивно-массовой работе.

Все вышеперечисленное определяет актуальность разработки и реализации проекта по формированию ЗОЖ для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

При разработке Проекта были учтены особенности социальной ситуации села Новоильинск, контингента воспитанников, материально – технической базы и т.д.

### **Проект решает следующие проблемы**

1. Недостаточная заинтересованность государства, общественных организаций, спонсоров проблемами такой категории населения, как дети сироты, а особенно дети сироты подросткового возраста
2. Недостаток в ТОСе и администрации реально действующих учебных и воспитательных программ по социальной адаптации и работе детей – сирот
3. Недостаток соответствующего оборудования и инвентаря для укрепления и профилактики здорового образа жизни

### **Цель проекта**

- массовое развитие физической культуры среди детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из социальных семей, укрепление здоровья и пропаганда среди здорового образа жизни
- развитие у детей навыков дружеского общения друг с другом и со взрослыми, навыков работы в команде для достижения общего результата
- создание условий для успешной адаптации и реабилитации детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей, подготовка к

самостоятельной жизни, формирование здоровой личности, способной реализовать себя в социуме

- содействие сохранению и укреплению здоровья детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей как слабозащищенным слоям населения
- содействие формированию у подростков социально – позитивных потребностей и установок на здоровый образ жизни, раскрытие и развитие индивидуальности, устранение негативных явлений в сфере поведения и отношений детей с окружающим социумом
- формирование у подростков ценностного отношения к окружающим и к себе, к своему здоровью и здоровью других людей

**Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд задач, которые раскрывают основные этапы и методы реализации проекта**

#### **Задачи проекта:**

1. Сформировать у детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей мотивации к здоровому образу жизни.
2. Создать условия для формирования активной позиции детей сирот и неблагополучных подростков в первичной профилактике употребления психологически – активных веществ
3. Сформировать навыки ответственного, бережного отношения к своему здоровью.
4. Профилактика и преодоление вредных привычек.
5. Оказать позитивное влияние на сверстников при выборе ими жизненных ценностей
6. Содействовать утверждению в жизни современного общества идей добра и красоты, духовного и физического совершенствования подростков
7. Показать преимущества здорового образа жизни на личном примере
8. Пропагандировать ЗОЖ (при помощи акций, тренинговых занятий, тематических выступлений, конкурсов, походов)
9. Развить лидерские качества и умения самостоятельно работать со сверстниками по продвижению ЗОЖ.
10. Популяризация здорового образа жизни среди подростков
11. Обеспечить взаимодействие организаций, учреждений и общественных объединений по совершенствованию профилактической работы среди подростков

#### **Целевая группа:**

- дети сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей
  - дети из неблагополучных семей и дети, постоянно проживающие в общежитии весь период обучения (3 – 4 года), а так же в семьях своих опекунов с низким уровнем жизни
- Пол: женский – 35 человек, мужской – 29 человек
- Из интернатных учреждений – 5 человек, остальные из семей, родители которых лишены родительских прав (5 человека имеют опекунов)
- жители ТОС «Родник»

#### **Условия для реализации проекта:**

- Взаимодействие специалистов различных областей в подготовке мероприятий
- Использование разнообразных форм организации профилактической деятельности (акции, классные часы, концертные программы, театрализованные представления)

- Информационное обеспечение опыта работы (газета, фотоальбом, СМИ). В дальнейшем находит место методическое обеспечение организации вставок, выпуск методических пособий. И, конечно исходя из направлений деятельности, участие в диспутах, праздниках, встречах, соревнованиях.

### **Формы работы:**

- тематические беседы
- встречи с представителями правовых структур, органов правопорядка
- посещение музеев, концертов, встреч, выставок
- конкурсы, викторины по определённой тематике
- интерактивные игры, дебаты, дискуссии
- походы, праздники, часы общения.
- спортивные мероприятия

### **Методы работы:**

- Тренинг
- Тестирование
- Профессиональная диагностика
- Собеседование
- Наблюдение

### **Основополагающий принцип:**

индивидуальный личностный подход

### **Направленность проекта:**

Социальная адаптация и реабилитация детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей с помощью комплекса психолого - оздоровительных мероприятий. Проект направлен на решение одной из важнейших социальных задач – содействие сохранению и укреплению здоровья детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей развитию «культы» здорового тела, здорового духа, ЗОЖ, посредством освоения образовательных и просветительских программ, направленных на профилактику заболеваний, привлечения к постоянным физкультурно-оздоровительным занятиям и занятиям спортом с учетом физических возможностей и состояния здоровья категории обучающихся «сироты».

### **Гипотеза:**

Процесс социальной адаптации детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с помощью комплекса психолого – оздоровительных мероприятий будет успешным в том случае, если он будет – оказывать содействие сохранению и укреплению здоровья не только детей - сирот, но и детей из неблагополучных семей.

### **Механизм реализации проекта:**

Организация спортивной и физкультурно – оздоровительной работы с детьми – сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, детей из неблагополучных семей для физического, психологического развития и достижения ими оптимальной

спортивной формы. Мероприятия проекта планируется осуществить в соответствии с поэтапным планом реализации, предусмотренным в проекте. Реализация проекта позволит научить обучающихся категории «сироты», детей из неблагополучных семей методам и механизмам по поддержанию своего здоровья, участия в спортивных мероприятиях, спартакиадах, оздоровительных акциях. Проект будет реализовываться при активном участие самих детей – сирот, детей из неблагополучных семей с привлечением консультантов других общественных организаций и конечно же под руководством ТОС «Надежда».

#### **Эффективность реализации проекта:**

В ходе реализации проекта будет оказана психолого – оздоровительное сопровождение, что позволит провести эффективную реабилитацию детей – сирот, детей из неблагополучных семей. По окончании реализации проекта осуществляется презентация успешного опыта социализации детей – сирот, детей из неблагополучных семей. Социальная значимость проекта не ограничивается только помощью детям – сиротам. Мы предлагаем методические рекомендации, накопленные за годы деятельности работы с детьми – сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, детьми их неблагополучных семей, которые могут быть использованы в других учреждениях, организациях, администрациях Заиграевского района РБ. Проект экономически целесообразен, так как использует уже имеющиеся кадровое, методическое и материальное обеспечение.

#### **Миссия предлагаемого проекта:**

Заключается в повышении эффективности формирования у подростков понятия ценности здоровья, через формирование такого понятия у самих взрослых и родителей.

Проект предлагает решить проблему низкого уровня побуждений подростков к ведению здорового образа жизни, посредством повышения компетенций в области здоровьесбережения, повышения уровня побуждений к ведению здорового образа жизни родителей, и преобразованием имеющихся здоровьесберегающих условий ОУ с учетом потребностей учащихся и научно обоснованных рекомендаций специалистов. Формирование у родителей подростков понятия ценности здоровья, повышения их компетенций в области здоровьесбережения, а так же преобразование имеющихся здоровьесберегающих условий ОУ, позволит повысить мотивацию подростков к ведению здорового образа жизни, и сделает возможным повышение эффективности здоровьесберегающей среды.

Считается, что общественная тяга к здоровому образу жизни — знак социального оптимизма.

Реализация проекта «Новое поколение выбирает ЗОЖ» позволит зарядить социальным оптимизмом всех подростков.

#### **Ожидаемые результаты:**

Реализация предусмотренных проектом мероприятий позволит создать условия для развития, воспитания и защиты интересов детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей их профессиональной подготовки и гражданского становления и тем самым решить проблему социализации и интегрирования в общество данной категории подростков.

- Создание на территории ТОСа «Родник» комфортных психолого – оздоровительных условий для обучения и жизнедеятельности обучающихся категории «сироты», детей из неблагополучных семей

**Основные** (критерии, характеризующие мирное проживание субъекта в социуме):

- отсутствие наркотической, алкогольной и других деструктивных зависимостей, состояние здоровья;
- улучшение физического и психического здоровья детей - сирот, и детей оставшихся без попечения родителей;
- четкая координация деятельности всех процессов обучения и воспитания;
- совершенствование системы дифференцированной помощи детей - сирот, и детей оставшихся без попечения родителей;
- социальное партнерство с учреждениями Заиграевского района;
- вовлечение большого числа детей - сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей в активную общественную жизнь села Новоильинск.
- формирование у обучающихся категории «сироты» позитивного отношения к ЗОЖ, к своему социальному здоровью;
- снижение уровня заболеваемости, повышение уровня физической готовности;
- увеличение количества массовых спортивных мероприятий с привлечением обучающихся категории «сироты»;
- создание целостной системы спортивно - оздоровительной работы, направленной на создание необходимых условий для сохранения и укрепления здоровья детей – сирот;
- создание здоровьесберегающей среды, благоприятного психоэмоционального климата для эффективного творческого взаимодействия участников проекта.
- увеличение числа публикаций и выступлений по пропаганде добровольческого движения;
- снижение заболеваемости, риска совершения преступления и приобщения подростков к употреблению психотропных веществ.

**Результативность проекта:**

Проект можно считать успешным, если будут решены следующие проблемы:

1. Снижение уровня заболеваемости обучающихся
2. Повышение у подростков интереса к физическому совершенствованию, раскрытию ценности физической культуры
3. Создание действующей системы работы с социумом и социальными партнерами по формированию здорового образа жизни и борьбе с вредными привычками
4. Организация массовых спортивных соревнований среди населения
5. Формирование здорового образа жизни в семье

**Инструментарий проведения контроля:**

- мониторинг результативности выполнения проекта – степень участия учащихся в акциях по пропаганде ЗОЖ; - анализ статистических показателей и мониторинговых исследований; - опросы учащихся – общественная оценка качества реализации проекта – анкетирование всех участников проекта

Для реализации проекта определены следующие направления деятельности:

- Вовлечение учащихся в общественную, спортивную, творческую жизнь. Проведение большого количества различных мероприятий, направленных на повышение интеллектуального потенциала и пропаганду здорового образа жизни

- Исследование факторов влияния на ценностные ориентации учащихся и формирование через изучение данных факторов ценностного отношения к своему здоровью
- Повышение информационной осведомленности учащихся о социально – значимых заболеваниях, таких как наркомания, табакокурению, игромания, ВИЧ – инфекция, алкоголизм, девиантное поведение

### **Обоснование социальной значимости проекта.**

В современной России актуальным является формирование новой государственной политики профилактики социального сиротства, детской безнадзорности, создания системы социально – педагогической реабилитации детей и подростков, оказавшихся в кризисной ситуации. Социальная политика должна способствовать реализации прав семьи и детей на защиту и помощь со стороны государства, содействовать развитию и укреплению семьи как гуманитарного и социального института.

В условиях нестабильности социально – политической обстановки, безработицы, вынужденной миграции населения, снижения уровня жизни семей, ослабления их инфраструктуры отмечается постоянный рост детей, лишенных родительского попечения, и Бурятия не исключения, и конечно же наше село Новоильинск.

Сиротство как фактор разрушает эмоциональные связи ребенка с окружающей его социальной средой, с миром взрослых и сверстников, развивающихся в более благоприятных условиях, и вызывает глубокие вторичные нарушения физического, психического и социального развития. Драматическое последствие сиротства – это прямой вред здоровью, психическому и социальному развитию ребенка, лишившемуся попечения родителей.

К большому сожалению, все мы знаем, что вокруг нас тысячи людей, нуждающихся в помощи. Самое простое в такой ситуации просто закрыть глаза и не обращать на эту проблему внимания, или сослаться на то, что государство должно заниматься такими людьми. Но государство составляют его граждане, то есть мы с вами. И если мы равнодушны к беде ближнего, если милосердие - это не наше дело, если чужая боль нас не касается, если мы всё время будем ждать, что всё сделают другие, то не заметим, что другие – это и есть мы, что они такие же. Общество, в котором люди спокойно проходят мимо чужой беды и боли, обречено.

Одной из самых глобальных и важных проблем в нашем мире это проблема сиротства.

Дети-сироты - они ничьи. У них нет мамы, которая стеной оградит от враждебного мира. За них некому заступиться и сами за себя постоять они тоже не могут, они маленькие. И кто если не мы должны помогать им?

Эта проблема преследовала и преследует человечество на протяжении многих лет.

Одним из основных инструментов компенсации состояния психической депривации у детей сирот, детей из неблагополучных семей является создание соответствующей развивающей и коррекционной медико - психолого-педагогической среды.

В обращении к Федеральному собранию президент РФ выделил в приоритеты заботу о детях – сиротах, заметив, что сиротство в России – проблема очень актуальная. В ее решение государством вкладываются большие усилия и средства, но изменения происходят медленно. В связи с увеличением количества детей - сирот и детей,

оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей данный проект стал все более актуальным.

Дети – сироты – это дети с особыми потребностями, испытывающие последствия первичной травмы утраты семьи и пребывания в сиротских учреждениях. В связи с этим, у детей – сирот, детей из неблагополучных семей имеются специфические психологические проблемы, проблемы со здоровьем, решать которые необходимо всем.

Проект направлен на психологическую реабилитацию, развитие и укрепление физического здоровья детей – сирот, детей из неблагополучных семей. Для достижения поставленной цели и решения задач проекта будет осуществлен комплекс мероприятий в этом направлении.

На протяжении более десятка лет в техникуме обучаются дети- сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, а также лица этой категории, из которых около 50 % являются выпускниками учреждений для детей- сирот и оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей. Большинство детей – воспитанников интернатных учреждений имеют особенности в чертах характера и поведения, среди которых наиболее часто встречаются: отсутствие коммуникативных навыков, умения строить отношения с окружающими, эмоциональная неразвитость, несформированность эмпатии, деформация чувства собственного достоинства, узость кругозора, отсутствие учебной мотивации.

Начало учебы на новом месте, переход из интернатной среды в среднее профессиональное учебное заведение – резкая перемена в жизни сироты, так как две системы содержания и образования имеют различия: по содержанию, формам, нагрузкам, новая обстановка, новый режим, новые отношения, новая социальная роль, новый уровень отношений с педагогическим коллективом – одним словом происходит процесс адаптации.

Под адаптацией обучающихся категории «сироты» к условиям обучения в профессиональном образовательном учреждении мы понимаем процесс привыкания, приспособления к новым требованиям, порядку, сочетанию уроков теоретического и практического обучения, условий проживания в общежитии. Нарушение адаптации возникает, когда обучающийся не может усвоить нормы учебного заведения. Поэтому педагогическому коллективу необходимо своевременно проводить работу, которая будет помогать сиротам адаптироваться не только к новым условиям обучения и воспитания, но и на втором и третьем курсах обучения проводить мероприятия направленные на формирование самостоятельной зрелой личности, способной творчески реализовывать свой жизненный замысел с опорой на внутренние ресурсы. Конечной целью процесса адаптации является физически и психически здоровая личность, гармонично развитая, способная быстро и эффективно интегрироваться в социум.

Эффективность психолого - медико-социальной адаптации данной категории обучающихся зависит от ряда внешних и внутренних условий:

**Внешние условия** предполагают наличие социальной среде необходимых адаптационных ресурсов, позволяющих сироте включиться в учебную и общественную жизнь в качестве полноправного участника. К ним следует отнести государственные гарантии и дополнительные льготы (социальные, образовательные, медицинские и др.) положительное отношение окружающих способствующие развитию и совершенствованию социальных навыков;

**Внутренние** (личностные) условия - это, прежде всего, желание и готовность сирот включиться в социум, наличие личностных ресурсов (способностей, навыков, внутренней

потребности в согласовании своих действий с действиями других людей и социальных групп). К личностным особенностям также относятся: адекватная самооценка, самостоятельность, социальная активность, готовность к освоению прав и обязанностей, принятию ответственности за себя, стабильное позитивное эмоциональное состояние. Важную роль в этом процессе играет профессиональное самоопределение и становление. Адаптация обучающихся категории «сироты» в период обучения носит комплексный характер. Она включает следующие виды: учебно-профессиональную, психолого - медико-социальную, актуализацию ЗОЖ. Процесс адаптации сирот сопровождается налаживанием социальных связей, усвоением новых социальных ролей.

✓ **Социально- психологическая адаптация** – это процесс, результатом которого является адаптированность - уровень способности приспособления человека к новым условиям жизни, удовлетворённости или неудовлетворённости собой.

✓ **Учебно-профессиональная адаптация** важна, так как профессиональное самоопределение обучающихся - сирот является ключевым вопросом в их подготовке к жизни

✓ **Физкультурно-оздоровительная и спортивная адаптация** – процесс формирования у детей – сирот мотивации для ведения ЗОЖ, повышение уровня информированности ведения ЗОЖ и положительного воздействия профилактических мероприятий. Привлечение данной категории обучающихся к систематическим занятиям физической культуры и спорта

✓ **Социально- правовая адаптация** - это процесс подготовки сирот к самостоятельной жизни, который предполагает знакомство сирот с их основными правами и льготами. Не редки случаи, когда сироты нарушают учебную дисциплину, не выполняют требования внутреннего распорядка учебного заведения, игнорируют правила проживания в общежитии или же вообще отказываются обучаться. В этих случаях следует в полной мере использовать воспитательный потенциал техникума в решении создающихся проблем. В настоящее время объективно возрастает значение профессиональной компетентности каждой личности, что повышает конкурентоспособность будущего специалиста. Результаты мониторинга за пятилетний период показывает, что количество «социальных» сирот преобладает в общей численности категории «сироты и оставшиеся без попечения». Необходимо отметить высокий процент поступающих - выпускников учреждений для детей- сирот и оставшихся без попечения родителей (в среднем 60%).

Практически все выпускники интернатных учреждений обладают очень низким уровнем учебной мотивации, ограниченным социальным опытом, отличаются неадекватностью в своих суждениях, пренебрегают здоровым образом жизни, подвержены жизненным рискам. Вот поэтому вопросы личностной и социальной зрелости выпускников интернатных учреждений имеют первостепенное значение в условиях профессионального обучения.

По результатам входной психологической диагностики учащиеся – сироты характеризуются негативными эмоционально – личностными проявлениями, деформированностью полового самосознания и ценностных ориентаций, снижением уровня интеллектуального развития, предопределяющими понижение устойчивости извне.

На основании полученных результатов и нахождения решения данной проблемы, мы пришли к мысли разработать проект: «Социальная адаптация и интеграция в обществе

детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, путем внедрения инновационных технологий в физкультурно-оздоровительную и спортивную работу».

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей к самостоятельной жизни всегда была острой государственной проблемой. Система государственного попечения охватывает практически всех детей, нуждающихся в опеке, и создаёт материальные предпосылки для их полноценного развития и подготовки к взрослой жизни. Переход к самостоятельной жизни – важный момент в жизни любого молодого человека, и того, кто покидает учреждение интернатного типа, и того, кто уходит из родительской семьи во взрослую жизнь. Этот переход к независимой жизни связан с серьёзными стрессами.

Вчерашнему выпускнику детского дома необходимо привыкнуть к самостоятельному существованию, к ответственности за свою жизнь. Как подростки из относительно благополучных семей, они стараются разобраться в себе, определить свой путь.

Государство берёт на себя обязательство по решению основных проблем ребёнка: обучение, воспитание, обеспечение детей-сирот самым необходимым. Но самостоятельная, взрослая жизнь ставит перед ними проблемы, к которым в реальности они оказываются неготовыми.

Выпускники детских домов чаще своих сверстников оказываются участниками или жертвами преступлений, теряют работу или жильё, с трудом создают семью, значительно быстрее становятся алкоголиками и наркоманами, жертвами суицида. Вхождение их в самостоятельную жизнь сопряжено с большими сложностями и не всегда проходит успешно.

Причины возникновения трудностей вхождения ребёнка в систему социальных отношений могут быть совершенно разными. Прежде всего, они связаны с неадекватным восприятием сиротами тех требований, которые предъявляет социум.

Процесс социализации (включение в систему социальных отношений) даже при благоприятном течении обстоятельств разворачивается неравномерно и может быть чреват рядом сложностей, тупиков, требующих совместных усилий специалистов и сирот. Если сравнить процесс социализации с дорогой, по которой должен пройти ребёнок – сирота из мира детства в мир взрослых, то она не везде выложена ровными плитами и не всегда сопровождается чёткими дорожными указателями. На ней есть участки с оврагами и сыпучими песками, шаткими мостиками и развилками.

Сама организация жизнедеятельности детей в интернатных учреждениях устроена таким образом, что у них формируется только одна позиция – **позиция сироты, не имеющей поддержки и одобрения в социуме**. Эта роль реализуется человеком в течение всей его жизни и удерживает детей – сирот, детей из неблагополучных семей в инфантильной иждивенческой позиции, блокирует проявление потенциальных возможностей. В связи с трудностями социализации не решаются и задачи адаптации.

Иными словами, воспитанники детского дома, выходя за его порог, умеют «быть сиротой». Они надеются на покровительство, обладают «выученной беспомощностью», не подозревая, что можно опереться на свои собственные ресурсы.

ТОС «Родник» организован на базе ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» расположенного на территории села Новоильинск Заиграевского района Республики Бурятия с населением 5300 тысяч жителей, из которых 900 жителей составляют безработные. Социальный уровень жизни населения очень низкий, так как в селе нет ни одного промышленного предприятия. Расстояние до центра 147 километров.

В сложный период адаптации детей категории «сироты», детей из неблагополучных семей и становления личности коллективу, необходимо идти двумя путями сопровождения подростков.

**Первый путь** - это профессиональное образование в стенах образовательного учреждения.

**Второй путь** - подготовка к самостоятельной жизни детей - сирот, проживающих в общежитии, через создание для них информационного поля: пути и способы обустройства своей жизни информация о вариантах трудоустройства, получение медицинской помощи, проведение свободного времени, взаимоотношения между людьми, укрепление физического и психологического здоровья

Республиканский межотраслевой техникум – это основной социальный институт образования в селе Новоильинск. Здесь, как и во всем обществе, существует ряд факторов, влияющих на развитие личности. Это, прежде всего, – микросоциум, который характеризуется следующими признаками:

- неразвитость социальной инфраструктуры;
- удаленность от крупного промышленного и культурного центра;
- низкий уровень как общей, так и информационной культуры родителей, их низкий образовательный ценз;
- наличие безработицы (20 %);
- возрастающий уровень неполных семей (32%)
- сохраняющаяся тенденция к алкоголизации населения.

В селе остро стоит проблема социального сиротства, за последние три года количество детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей остается достаточно высоким и колеблется от 46 до 76 человек, что составляет 12% от общего числа обучающихся.

Поэтому большое внимание уделяется развитию внутреннего педагогического реабилитационного пространства. Его можно представить в виде дома, где фундаментом являются ювенальные правовые аспекты: законодательные акты, нормативные документы, регламентирующие сопровождение детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; детей из неблагополучных семей реабилитационные и восстановительные программы, которые совместно с педагогическими работниками реализует медико – социальная - психологическая служба. Все это цементируют информационные технологии, обеспечивающие непрерывность и мобильность пространства реабилитации.

Внешнее реабилитационное пространство представляет собой систему всех структур, которые принимают участие в профилактике социальной дезадаптации несовершеннолетних и их реабилитации.

**Цель реабилитации:** обеспечение продуктивности и комплексности подходов, адаптивности реабилитационного пространства.

Педагогическая реабилитационная среда представляет собой совокупность следующих аспектов:

- правовой – ювенальные технологии позволяет решать проблему преодоления межведомственных барьеров, реально осуществлять защиту и охрану прав детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей своевременно выявляя и предупреждая правонарушения, конфликтные ситуации;
- информационный - общее информационное пространство позволяет всем участникам реабилитационного пространства говорить на одном языке, и скоординировано делать одно общее дело;
- организационный – создание функционального модуля, призванного обеспечить эффективность и качество профилактического и реабилитационного пространства.
- здоровьесберегающий - укрепление здоровья обучающихся категории «сироты»;

#### **Основные принципы реабилитационного пространства:**

- принцип человекоцентризма;
- принцип системности;
- принцип развития;
- принцип целостности.

Для успешного решения задач социализации детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей, которую мы рассматриваем как интегрированное качество личности учащегося, включающее в свою структуру овладение нормами социального поведения и достаточный уровень сформированности личного социально-нравственного опыта в его когнитивном, деятельностном компонентах, обеспечено сочетание следующих педагогических условий:

1. Создана и действует модель социальной реабилитации детей-сирот на основе гуманистической воспитательной системы;
2. На основе мониторинга создана целостная система коррекции особенностей психофизического развития учащегося-сироты, осуществляющая взаимосвязь коррекционно-развивающих усилий всех субъектов образовательного процесса: педагоги, воспитателя, педагога-психолога, социального педагога, педагогов дополнительного образования, медицинского работника и самого учащегося.

Наряду с мероприятиями, направленными на развитие интеллекта, творческих и коммуникативных навыков, действует программа «Мое здоровье», в которую входит работа стрелкового тира, бильярдного зала, тренажерного зала, все это позволяет создать здоровьесберегающие образовательное пространство, а это в свою очередь является важной составляющей в системе реабилитации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

В учебный процесс педагогическими работниками активно внедряются здоровьесберегающие технологии.

Вопросы о состоянии здоровья детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей находятся на особом контроле и являются основополагающей в системе реабилитации.

Все дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, ранее проживали в неблагополучных семьях, бродяжничали. С этой группой подростков проводится профилактическая работа: программа «Подросток», «Школа здоровья».

## РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЕКТА

**Информационно – методическое:** методические разработки социально – психологической службы, руководителя физического воспитания, медицинского работника; наличие сайта; собственная газета «Студенческий меридиан», наличие плакатов по разным темам

**Материальное:** собственные средства на приобретение материалов, инструментов, компьютерно - технологического оборудования, методических пособий, медицинское оборудование и инструменты.

**Организационные и человеческие:** наличие медико – социально – психологической службы.

### Кадровое обеспечение (исполнители)

- воспитатель общежития – Ковалева Е.М.
- социальный педагог – Мурзина А.Е.
- педагог-психолог – Черкасова А.П.
- медицинский работник – Абдулина Ю.Н.
- руководитель кружков, секций – Маслов В.С.
- библиотекарь – Столбовская Е.А.

### Межведомственное сотрудничество:

- Органы опеки и попечительства муниципальных образований
- Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав
- Отделы по делам несовершеннолетних ОВД
- Центр занятости населения
- Центром по профилактике и борьбе со СПИД
- Центр постинтернатного сопровождения
- Институт Уполномоченного по правам ребёнка в РБ
- Республиканский ресурсный центр «Семья»

### Нормативно-правовая база

Проект разработан в соответствии со следующими нормативными документами:

- ФЗ № 273 от 29.12.2012 г. (в редакции от 25.11.2013 г.) «Об образовании в РФ»,
- ФЗ № 159 от 21 декабря 1996 г «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей – сирот и детей, оставшихся без попечения

Родителей (с изменениями от 25.11.2013 г.),

- ФЗ № 15 от 29.02.2012 г. «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в части обеспечения жилыми помещениями детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»,
- ФЗ «О государственных пенсиях в РФ»,
- ФЗ РФ №120-ФЗ от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»,
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» №124-ФЗ, от 24.07.1998г.,
- Семейный кодекс РФ (Ст.51, 121,145,146,150)
- Гражданский кодекс РФ (Ст.31,32,33,34,35,36,40,52)
- Жилищный кодекс РФ,
- Трудовой кодекс РФ
- Конституция Российской Федерации
- Кодекс РФ «Об административных правонарушениях»,
- ФЗ № 185 от 2.07.2013 г. «О занятости населения» в Российской Федерации
- Закон РБ № 1182-IV от 10 декабря 2009 г. «О некоторых мерах по предупреждению причинения вреда физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию детей в Республике Бурятия»
- Устав ТОС «Родник»
- Программа деятельности социально – психологической службы

### **Технологическое обеспечение**

Анализ и обобщение технологий работы с детьми - сиротами, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей в следующих направлениях: медицинском, социально-педагогическом, психологическом и педагогическом. Широкое внедрение методов психодиагностики личностных особенностей подростков, оставшихся без попечения родителей и составление рекомендаций по работе с указанной целевой группой для специалистов различных служб, педагогов, родителей, заинтересованных в изменении социальной ситуации и оптимальной социализации конкретного ребенка.

### **Информационно-аналитическое обеспечение**

Формирование общественного мнения, поддерживающего цели и задачи системы социальной адаптации и реабилитации детей - сирот, и детей оставшихся без попечения родителей; детей из неблагополучных семей привлечение средств массовой информации к пропаганде позитивного опыта профилактической и коррекционно-реабилитационной работы с детьми - сиротами, и детьми оставшихся без попечения родителей; создание региональных информационных баз данных на безнадзорных, беспризорных, несовершеннолетних правонарушителей и детей, оказавшихся в социально-опасной и/или трудной жизненной ситуации; создание единого информационного пространства проекта.

### **Сроки и этапы реализации проекта**

**Организационно - подготовительный этап:** – сентябрь 2022 года.

Цель: разработка замысла Проекта

Задачи:

1. Изучение нормативной базы, подзаконных актов.
2. Разработка, обсуждение и утверждение Проекта
3. Анализ материально-технических, педагогических условий реализации программы.
4. Подбор диагностических методик по основным направлениям проекта
5. Презентация проекта.

**Этап реализации:** – октябрь 2022 года - май 2023 года

Цель: разворачивание основных механизмов Проекта, реализация плана работы.

- апробация технологий;

- выход на проектные параметры

1. Отработка содержания деятельности, наиболее эффективных форм и методов физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, добровольческой деятельности в условиях профессионального обучения.
2. Обогащение содержания проекта.
4. Разработка методического пособия по «Психологическое и медико социальное сопровождение адаптации обучающихся - сирот и оставшихся без попечения родителей в период обучения в техникуме «Ступени успешности»
5. Проведение мониторинга реализации проекта

**Заключительный этап:** – июнь 2023 года.

Цель: анализ итогов реализации Проекта.

Задачи:

1. Выпуск печатных и мультимедийных материалов для специалистов данного направления;
2. Разработка алгоритма медико – психолого-социального сопровождения детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;
3. Организация повышения квалификации специалистов данного направления;
4. Обработка результатов, обобщение опыта результатов работы данного проекта, подготовка рекомендаций;
5. Проведение коррекции затруднений в реализации проекта.

### **Организация контроля исполнения программы**

Контроль за исполнением программы осуществляет администрация МО СП «Новоильинское»

Отчёт о выполнении проекта будет представляться на сайте техникума

## Критерии оценки эффективности программы

№	Задачи	Критерии	Показатели	Способы проверки
1	Приобщение подростков к ценностям здорового образа жизни	Критерий сформированности у подростков социальных ценностей	Выраженное стремление заботиться о своем здоровье; Знания детей о различных подходах к здоровьезбережению	Наблюдение;  Диагностика уровня сформированности у подростка первичных потребностей быть здоровым;  Тестирование
2	Формирование позитивного отношения к самому себе, потребности к саморазвитию	Критерий наличия адекватной самооценки, уверенности в своих силах	Стремление к самопознанию и самоизменению;  Уровень самооценки	Методика “Карта желаний”;  Исследование самооценки (А.М.Прихожан); Методика “Личностный рост” Д.В. Григорьева,
3	Формирование устойчивого интереса у подростков к занятиям спортом	Критерий наличия устойчивого интереса к занятиям спортом	Физическое развитие;  Участие подростков в спортивных мероприятиях, секциях.	Диагностика физического развития
4	Воспитание негативного отношения к вредным привычкам	Критерий процента употребляющих ПАВ	Снижение процента курящих и употребляющих алкоголь подростков	Наблюдение;  Тестирование;  Анкетирование.

### Прогнозируемые результаты

Подростки должны знать	Уметь
<b>Здоровье и здоровый образ жизни</b>	
<p><b>Сущность понятия “здоровье”.</b></p> <p><b>Факторы, оказывающие влияние на не только жизнь и здоровье человека, но и всего живого на Земле.</b></p>	<p>Распознавать факторы риска во внешней и внутренней среде организма.</p> <p>Соблюдать правила питания</p> <p>Выполнять гигиенические процедуры</p>

<p><b>О роли правильного питания.</b></p> <p><b>Значение гигиенических процедур для здоровья.</b></p>	
<p><b>Спорт – это жизнь</b></p>	
<p><b>О роли двигательной активности в повышении работоспособности.</b></p> <p><b>Правила закаливания организма.</b></p> <p><b>О влиянии физкультуры и спорта на секреты долголетия.</b></p>	<p>Выполнять доступные виды закаливания.</p>
<p><b>Твой выбор</b></p>	
<p><b>Полезные и вредные привычки.</b></p> <p><b>Привычки укрепления здоровья.</b></p> <p><b>О вредном влиянии курения, алкоголя, наркотиков на здоровье.</b></p> <p><b>Последствия курения, алкоголя и наркозависимости.</b></p>	<p>Критически относиться к употреблению табака, алкоголя, наркотических веществ.</p>
<p><b>Саморазвитие и саморегуляция</b></p>	
<p><b>Знать самого себя и свои возможности.</b></p> <p><b>Способы взаимодействия с людьми.</b></p> <p><b>Качества, достойные человека.</b></p> <p><b>Черты характера людей.</b></p> <p><b>Причины неуверенности в себе.</b></p> <p><b>Виды давления.</b></p> <p><b>Причины неуверенности в себе.</b></p>	<p>Оценивать самого себя.</p> <p>Отстаивать свою точку зрения.</p> <p>Принимать решения в ситуациях, связанных с соблазном.</p> <p>Говорить “нет” в опасных ситуациях.</p> <p>Искать способы сотрудничества с людьми в различных ситуациях.</p> <p>Находить друзей по интересам.</p>

### Направления проекта

- Психологическое сопровождение социально- педагогической адаптации детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей. В этом направлении планируется:

- разработка индивидуальных программ педагога - психолога, социального педагога по работе с детьми - сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, детей из неблагополучных семей
- расширение перечня профессий в техникуме для обучения детей-сирот в соответствии с современными условиями труда и с учётом психофизического состояния подростков.
- выпуск методического пособия «Психологическое и социально-педагогическое сопровождение адаптации обучающихся - сирот и оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей в период обучения в техникуме «Ступени успешности»
- проведение Форума – диалога специалистов данного направления с другими учебными заведениями
- организация работы по обучению, повышению квалификации специалистов, работающих по данному направлению (обучающие семинары, мастер – классы)

**- Подпрограмма «Здоровому образу жизни – нормальные условия».**

Психическое и физическое здоровье подростков – актуальная проблема образования. Это имеет особое значение, когда речь идет о детях – сиротах, и детях оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей лишенных родительской поддержки, приобретших негативный социальный опыт, отличающихся ослабленным физическим и психическим здоровьем, нравственной неустойчивостью. Характерным результатом указанных факторов выступает высокий уровень социальной дезадаптации.

Психическое здоровье можно рассматривать как систему, состоящую из трех компонентов: аксиологического, инструментального и потребностно – мотивационного. В соответствии с этими компонентами можно выделить основные направления работы:

- формирование у подростков умения любить себя и другого человека;
- формирование личностной рефлексии;
- формирование потребности в саморазвитии и самоутверждения

В результате социальной депривации возникают серьезные нарушения личности. Детям – сиротам, детям из неблагополучных семей свойственны взрывы эмоций – бурная радость, гнев на фоне отсутствия глубоких устойчивых чувств. Общение таких детей с окружающими характеризуется назойливостью, неутолимой потребностью любви и внимания. При этом со временем устанавливается потребительское отношение к взрослым и сверстникам, основанное на их практической полезности для ребенка. В результате материнской депривации у детей – сирот, детей из неблагополучных семей отсутствует доверие к другим людям и к самому себе.

У большинства подростков наблюдаются неустойчивость внимания, утомляемость, импульсивность поведения, трудности в освоении профессиональных и учебных навыков.

У нашей целевой группы в основном преобладает холерический тип темперамента, а акцентуация характера – неустойчивая, эпилептоидная. У многих отмечается высокий уровень агрессивности. Они склонны к проявлению физической агрессии, озлоблены, грубы, вспыльчивы. Для них характерны аффективная взрывчатость, ярость, импульсивность.

В ответственный момент жизни такие дети не имеют ни материальной, ни моральной поддержки со стороны родственников. Все это приводит к тому, что дети – сироты, дети из неблагополучных семей часто оказываются неспособными правильно ориентироваться, адаптироваться в жизни. Поэтому на плечи педагогов ложатся дополнительные задачи по созданию условий, способствующих безболезненному вхождению таких детей в социум.

Опыт работы с подростками детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей свидетельствует о том, что необходима специальная программа работы с этой категорией воспитуемых. Мы хорошо понимаем важность психического и физического здоровья данных воспитанников.

Мы планируем внедрить комплексно – целевую программу здоровьесбережение всех участников проекта, включая детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей

Выявленные причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье учащихся:

- интенсификация учебного процесса и гиподинамия;
- стрессовая ситуация в семье;
- недостаточная подготовка педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей - сирот, детей из неблагополучных семей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи;
- отсутствие межведомственного подхода к решению данной проблемы привели к необходимости решения данной проблемы в масштабе ТОС «Надежда» и отдельно взятой группы, детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей

#### **Основные направления деятельности программы:**

##### Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения учащихся и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема самостоятельной работы с учетом учебного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния техникума;
- планомерная организация питания детей – сирот, детей из неблагополучных семей;
- реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование;
- мероприятия по очистке воды.

##### Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции)
- познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры).

##### Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровые сберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолого - медико-педагогической службы техникума для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровые сберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеурочной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение детей - сирот, педагогического коллектива, социальных партнёров техникума к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:

- общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость;
- режим дня, бытовые условия;
- внеурочная деятельность.

### **Механизм осуществления программы**

1. Внедрение научно-методических подходов к созданию условий, способствующих формированию, сохранению и укреплению психического и физического здоровья детей - сирот;
2. Организация и внедрение в практику работы мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей - сирот, детей из неблагополучных семей;
3. Обеспечение непрерывного здоровые сберегающего образования учащихся и специалистов структур – участников программы по вопросам культуры здоровья и здорового образа жизни.

В рамках реализации данной программы мы планируем создать **секцию «Скалолазания»**.

Скалолазание - вид спорта и отдыха, который возник в Центральной Европе. Изначально данный спорт был лишь одной из разновидностей альпинизма. Но приблизительно к 20-му веку, скалолазание превратилось в совершенно независимое направление. Появление спортивного скалолазания и его дальнейшее развитие привело к возникновению различных искусственных тренажёров, скалодрома в частности.

Скалодром используют тогда, когда нет возможности посетить природную возвышенность или заканчивается скалолазный сезон. Часто такой «горный тренажер» представлен целым спортивным комплексом для полноценных тренировок.

В последнее время скалодромы привлекли внимание не только профессиональных спортсменов, но и любителей активного отдыха. И не зря, ведь с помощью занятий можно

не только улучшить фигуру и подтянуть все группы мышц, но и получить порцию адреналина и огромное удовольствие.

Самым главным преимуществом занятий на скалодроме, в отличие от природных рельефов (гор, скал), является то, что на таком своеобразном тренажёре может заниматься абсолютно любой человек (спортсмен и любитель) с разной степенью подготовки. Также к преимуществам использования скалодрома можно отнести:

- большой выбор различных маршрутов
- высокий уровень безопасности
- защиту от природных воздействий (крыша, навес)
- удобное расположение (подходит для городских жителей)

Польза занятий на скалодроме

Занятия на скалодроме – это не только приятный и интересный отдых. Кроме этого лазание по искусственным горам поможет скорректировать физическую форму, оздоровить организм и даже улучшить мыслительные процессы. Регулярные тренировки влияют на:

- развитие пластики и гибкости
- улучшение координации движений
- силу и цепкость пальцев рук
- повышение скорости принятия решения
- развитие логического мышления
- развитие зрительной памяти
- развитие морально-волевых качеств
- развитие устойчивости в стрессовых ситуациях
- укрепление и оздоровление всего организма в целом.

Занятия на скалодроме могут подойти, как взрослым, так и детям.

**- Подпрограмма Волонтерское движение «Импульс».** Вовлечение детей – сирот, детей из неблагополучных семей в добровольческую деятельность и социальную практику позволит оптимизировать профессиональную подготовку. Добровольничество позволит обучающимся категории «сироты» больше участвовать в общественной жизни, что обеспечит их интеграцию в обществе в целом, и профессиональную деятельность, в частности. Для детей – сирот важна возможность реализации потребности в самовыражении. Добровольничество основанное на принципах активизации, гласности, добровольности, милосердия и партнерства, позволит реализовать эту потребность. Такая практика в техникуме имеется. Разработана программа волонтерского движения. Программа подготовлена педагогом – психологом с участием ведущих преподавателей. Многие дети – сироты входят в состав волонтерского движения «Импульс». В этом направлении планируется:

Время можно тратить двумя способами — с пользой и без. Первый вариант — это волонтерское движение.

Сегодня уровень проявления гражданской позиции у детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей недостаточно высок. По результатам исследования высокий уровень гражданской позиции у такой категории детей не выявлен, 73,6 % респондентов имеют средний уровень ее сформированности. Среди приоритетных личностных качеств гражданская позиция лишь на четвертом месте. Получается, что современное молодое поколение не обладает общественной и политической активностью. Мы не согласны с этим. Мы можем смело утверждать, что молодежь – это мобильная часть общества способная внести

значительный вклад в развитие нашей республики и страны в целом.

Кроме этого, одной из приоритетных задач реформирования системы образования становится сегодня сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий, адекватных возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье. Здоровье сберегающие технологии прочно входят в учебно-воспитательный процесс. Особое место по формированию здорового образа жизни занимает систематическая работа с детьми – сиротами. В настоящее время в системе воспитания накоплен достаточный опыт в утверждении позитивного отношения к здоровому образу жизни, но возникла необходимость применения новых форм работы в этом направлении.

На наш взгляд решить обе вышеизложенные проблемы поможет идея волонтерского движения.

**Цель:** Развитие добровольческого движения с участием детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей

**Задачи:**

1. Инициирование и развитие добровольческого движения;
2. Содействовать утверждению в жизни современного общества идей добра и красоты, духовного и физического совершенствования детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей
3. Пропаганда здорового образа жизни;
4. Освещение деятельности в СМИ, связь с общественностью.

#### **Потенциалы развития**

- Публикации по проблемам добровольческого движения;
- Связь с редакцией районной газеты «Вперед»;
- Привлечение детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей к проведению различных мероприятий;
- Организация встреч с работниками РОВД, здравоохранения;
- Организация встреч со знаменитыми людьми нашего села;
- Проведение совместных мероприятий с работниками культуры;
- Использование информационных стендов, листовок, плакатов.

#### **Ожидаемые результаты**

- Вовлечение большого числа детей - сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, детей из неблагополучных семей ТОС «Надежда» в активную общественную жизнь;
- Увеличение числа публикаций и выступлений по пропаганде добровольческого движения;
- Заинтересованность общественности проблемами экологии, нравственности, духовности здоровья, взаимопомощи,
- Увлеченность идеями добра и красоты, духовного и физического совершенствования.

- Организованы игры, диспуты и другие культурно-эстетические развлекательные мероприятия;
- Активное участие в пропаганде ЗОЖ;
- Снижение заболеваемости детей, риска совершения преступления и приобщения подростков к употреблению психотропных веществ.

### **Программа повышения валеологической грамотности «Мы за здоровый образ жизни»**

#### **Задачи:**

1. Формирование культуры здорового образа жизни.
2. Активная пропаганда здорового образа жизни.
3. Улучшение здоровья учащихся и педагогов.
4. Повышение мотивации подростков к выбору поведения, не наносящего вреда здоровью.
5. Повышение уровня знаний подростков по вопросам физической, социальной и эмоциональной перестройки организма в период полового созревания.

#### **Содержание программы и формы деятельности:**

- ❖ «Полезные привычки»
- ❖ «Твой организм»
- ❖ «О тебе»
- ❖ «Охрана репродуктивного здоровья»
- ❖ Совершенствование здоровьесберегающих технологий, методик в учебно-воспитательном процессе
- ❖ Уроки здоровья и гигиены
- ❖ Классные часы, беседы, экскурсии
- ❖ Конференции, олимпиады, викторины, «дни здоровья»
- ❖ Встречи, беседы, лекции медицинских работников
- ❖ Оформление стендов, «уголков здоровья»

### **Программа экологического воспитания «Эко-мир»**

#### **Задачи:**

1. Организовать экологическую деятельность учащихся.
2. Создать модель экологически целесообразного взаимодействия человека и общества с природной и социоприродной средой.
3. Формировать экологическую культуру личности.

#### **Содержание программы и формы деятельности:**

- ❖ Экологические походы, экспедиции
- ❖ Конкурсы, викторины, выставки, экологические марафоны, конференции
- ❖ Экологические акции

### **Программа сохранения физического здоровья «Быстрее, выше, сильнее»**

**Задачи:**

1. Усиление оздоровительной направленности уроков и внеклассных мероприятий по физическому воспитанию.
2. Совершенствование уровня физической подготовки учащихся.
3. Активная пропаганда достижений отечественного и мирового спорта.
4. Знакомство с историей спорта.
5. Организация досуга.

**Содержание программы и формы деятельности:**

- ❖ Кроссы, игры, соревнования, турниры, конкурсы, эстафеты
- ❖ Недели физической культуры
- ❖ «Дни здоровья»
- ❖ «Подвижные» перемены
- ❖ Группы здоровья для подростков
- ❖ Спортивные кружки и секции

**Программа охраны жизни и здоровья «Берегись бед, пока их нет»****Задачи:**

1. Формировать у учащихся сознательное и ответственное отношение к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.
2. Научить учащихся своевременно распознавать опасности, обходить их стороной, сдерживать и уменьшать, определять способы защиты от них.
3. Научить использовать народные традиции в жизненной практике.

**Содержание программы и формы деятельности:**

- ❖ Медико-профилактические мероприятия
- ❖ Проведение акций по охране здоровья
- ❖ Классные часы

**Программа сохранения психологического здоровья****Задачи:**

1. Оказание консультативной помощи педагогам и родителям по вопросам обучения и общения с детьми
2. Психологическое просвещение педагогов. Родителей и учащихся
3. Ранняя профилактика всех форм зависимости и различных психических отклонений
4. Профессиональная ориентация школьников, выбор путей продолжения образования
5. Психологическое сопровождение подростка в процессе профессионального обучения.

## Содержание программы и формы деятельности:

- ❖ Цикл лекций и тренинги для учащихся по укреплению психологического здоровья
- ❖ Цикл бесед, тренинги, тестирование
- ❖ Родительские конференции, собрания
- ❖ Индивидуальные консультации, беседы с целью решения поведенческих и эмоциональных проблем
- ❖ Декады, месячники профилактики злоупотреблений ПАВ
- ❖ Группа «Оздоровление» для подростков
- ❖ Мониторинг сохранения психологического здоровья
- ❖ Психодиагностика

## Основные направления работы

Направления	Цели блоков	Мероприятия
I блок «Милосердие»	Возрождение лучших отечественных традиций благотворительности, воспитание доброты, чуткости, сострадания.	- помощь престарелым и ветеранам труда и ВОВ;  - помощь неуспевающим сверстникам;  - обследование и участие в охране малых рек и водоемов
II блок «Спорт и здоровый образ жизни»;	1. Пропаганда, реклама здорового образа жизни, занятий спортом.  2. Содействовать утверждению в жизни современного общества идей добра и красоты, духовного и физического совершенствования	- участие во всех соревнованиях: классных, общетехникумовских, районных. Республиканских и межрегиональных;  - организация спортивных праздников и мероприятий;  - организация походов, экскурсий;  - выпуск стенгазет о здоровье, стендов об известных спортсменах республики, района.  - беседы с медработниками о здоровом образе жизни;  - участие на классных часах, посвященных ЗОЖ  - конкурс стенгазет «Сбережем свое здоровье»  - акция «Дыши легко,

		посвященная Всемирному дню отказа от курения
III блок «Наглядная агитация»	Привлечение внимания общественности к проблемам экологии, нравственности, духовности здоровья, взаимопомощи,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выпуск стенгазет;</li> <li>- распространение брошюр, агитационных листовок;</li> <li>- сотрудничество с районной газетой «Вперед»»;</li> <li>- проведение анкетирования;</li> <li>- организации конкурсов рисунков, плакатов;</li> <li>- организация творческих работ</li> </ul>
IV блок «Творчество»	Формирование социально – активной позиции детей- сирот, развитие творческих способностей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация и проведение вечеров, праздников;</li> <li>- участие в художественной самодеятельности</li> <li>- участие в общетехникумовских месячниках, акциях, предметных неделях;</li> </ul>

### Основные мероприятия в рамках реализации проекта

Задачи программы	Основные мероприятия в рамках реализации программы	Ожидаемые результаты	Практические результаты
<p>- Преодоление интернатной депривации детей – сирот психолого-педагогическими методами;</p> <p>- Повышение уровня социальной адаптации (развитие навыков коммуникационной культуры, формирование потребности в общении, интимно – личностных отношений);</p> <p>формирования активной жизненной позиции, усвоения норм и</p>	<p>Организация работы по обучению, повышению квалификации специалистов, работающих по данному направлению (обучающие семинары, мастер – классы);</p> <p>Проведение факультативных</p>	<p>Реализация предусмотренных проектом мероприятий позволит создать условия для развития, воспитания и защиты интересов детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, их профессиональной подготовки и гражданского становления и тем</p>	<p>- Расширение перечня профессий в техникуме для обучения детей- сирот в соответствии с современными условиями труда и с учётом психофизического состояния подростков.</p> <p>- Активное и результативное</p>

<p>ценностей общества;</p> <p>- Создание здоровьесберегающей среды, благоприятного психоэмоционального климата для эффективного творческого взаимодействия участников проекта;</p> <p>- Осуществление мероприятий по формированию здорового образа жизни, направленных на развитие творческих способностей, на формирование активной жизненной позиции, на воспитание толерантного отношения к людям;</p> <p>- Повышение информированности по психологическим, социально-педагогическим, социально-экономическим, социально-медицинским и юридическим вопросам;</p> <p>- Включение в адаптационный процесс интерактивных технологий (имитационных игр: сюжетно–ролевая, дидактическая, аттестационная, рефлексивная), позволяющим детям - сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, в игровой форме «проживать» различные ситуации, проектировать способы действия предложенных моделей до встречи с ними в реальной жизни.</p>	<p>занятий, направленных на социализацию студентов</p> <p>Тренинг по развитию групповой сплочённости;</p> <p>Проведение психолого-медико-социального консилиума;</p> <p>Адаптационный тренинг для детей сирот проживающих в общежитии;</p> <p>Проведение тематических групповых бесед, лекций по правовому воспитанию.</p>	<p>самым решить проблему социализации и интеграции в общество данной категории подростков.</p> <p>- Создание комфортных психолого-педагогических условий для обучения и жизнедеятельности обучающихся категории «сироты»</p> <p><b>1.Основные</b> (критерии, характеризующие мирное проживание субъекта в социуме):</p> <p>- отсутствие наркотической, алкогольной и других деструктивных зависимостей, состояние здоровья;</p> <p>- улучшение физического и психического здоровья детей - сирот, и детей оставшихся без попечения родителей;</p> <p>- четкая координация деятельности всех процессов обучения и воспитания;</p> <p>- совершенствование системы дифференцированной помощи детям -</p>	<p>участие детей - сирот в различных конкурсах, соревнованиях, массовых мероприятиях</p> <p>- Выпуск методического пособия «Психологическое и медикосоциальное сопровождение адаптации обучающихся - сирот и оставшихся без попечения родителей в период обучения «Ступени успешности»</p> <p>- Курс лекций для детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей</p> <p>- Проведение Форума – диалога специалистов данного направления с другими учреждениями</p>
--	--	---	--

		<p>сирот, и детей оставшихся без попечения родителей;</p> <p>- социальное партнерство с учреждениями Заиграевского района;</p> <p>- вовлечение большого числа детей- сирот, и детей оставшихся без попечения родителей в активную общественную жизнь.</p>	
<p><b>Подпрограмма «Здоровому образу жизни – нормальные условия»</b></p> <p>- Укрепление здоровья обучающихся категории «сироты»;</p> <p>- Формирование у обучающихся категории «сироты» негативного отношения к вредным привычкам (алкоголизму, табакокурению, наркомании);</p> <p>- Создание условий для доверительного общения, восприятия информации о негативном влиянии ПАВ на организм человека;</p> <p>- Обучение обучающихся категории «сироты» эффективным методам поведения в нестандартной ситуации, формирование стрессоустойчивой личности, способной строить свою жизнь в соответствии с нравственными принципами общества;</p> <p>- Формирование культуры здорового образа жизни;</p>	<p>- Проведение мероприятий по профилактике здорового образа жизни</p> <p>- Тренинг предупреждения вредных привычек</p> <p>- Осуществление оздоровительной компании для детей - сирот в период летних каникул</p> <p>- Участие в соревнованиях, товарищеских встречах с Новоильинск Заиграевского района</p> <p>- Теннисный турнир для</p>	<p>- Формирование у обучающихся категории «сироты» позитивного отношения к ЗОЖ, к своему социальному здоровью;</p> <p>- Снижение уровня заболеваемости, повышение уровня физической готовности;</p> <p>- Увеличение количества массовых спортивных мероприятий с привлечением обучающихся категории «сироты»;</p> <p>- Создание целостной системы учебно-воспитательной работы, направленной на создание необходимых условий для</p>	<p>- Создание сенсорной комнаты – комнаты психологической разгрузки</p> <p>- Приобретение спортивного оборудования для дополнительного открытия спортивных секций</p> <p>- Организация походов, экскурсий</p> <p>- Организация летнего – оздоровительного лагеря и работа на учебном производственном хозяйстве, функционирующего на базе техникума в период летних каникул (с выездом на оз. Байкал)</p> <p>- Проведение военно- спортивной</p>

	<p>обучающихся категории «сироты» с учебными заведениями РБ</p> <p>- Проведение мониторинга за состоянием здоровья детей сирот</p> <p>- Проведение акции «Спорт вместо наркотиков»</p> <p>- Организация и проведение различных форм работы по пропаганде здорового образа жизни: часы здоровья, спортивные соревнования и турниры, встречи с медработниками, инспектором ГИБДД, выступления на районных мероприятиях.</p> <p>- Итоговая творческая программа «МЫ РАЗНЫЕ И ЭТО ЗДОРОВО»</p>	<p>сохранения и укрепления здоровья детей – сирот;</p> <p>- Создание здоровьесберегающей среды, благоприятного психоэмоционального климата для эффективного творческого взаимодействия участников проекта.</p>	<p>игры «Зарница»</p> <p>- Выпуск и распространение буклетов «Спасайся от спайса»</p> <p>- Участие в акции «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам»</p>
<p><b>Подпрограмма Волонтерское движение «Импульс»</b></p> <p>- Развитие добровольческого движения с участием детей – сирот,</p>	<p>- Организация помощи престарелым, ветеранам труда и ВОВ в с.</p>	<p>- Вовлечение большого числа детей- сирот, и детей оставшихся без попечения родителей</p>	<p>- Выпуск стенгазет;</p> <p>- Распространение брошюр, агитационных</p>

<p>и детей оставшихся без попечения родителей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Инициирование и развитие добровольческого движения;</li> <li>- Содействовать утверждению в жизни современного общества идей добра и красоты, духовного и физического совершенствования детей – сирот, и детей оставшихся без попечения родителей</li> <li>- Формирование социально – активной позиции детей- сирот, развитие творческих способностей.</li> </ul>	<p>Новоильинск Заиграевского района</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Организация взаимной помощи неуспевающим одноклассникам;</li> <li>- Проведение акции «Подарок другу»</li> <li>- Обследование и участие в охране малых рек и водоемов на территории с. Новоильинск (очистка реки Илька и оз. Мангазей)</li> <li>- Организация игр, диспутов и других культурно-эстетических развлекательных мероприятий.</li> </ul>	<p>в активную общественную жизнь;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение числа публикаций и выступлений по пропаганде добровольческого движения;</li> <li>- Увлеченность идеями добра и красоты, духовного и физического совершенствования.</li> <li>- Активное участие в пропаганде ЗОЖ;</li> <li>- Снижение заболеваемости у обучающихся категории «сироты», риска совершения преступления и приобщения подростков к употреблению психотропных веществ.</li> </ul>	<p>листовок;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Освещение деятельности в СМИ, связь с общественностью (сотрудничество с районной газетой «Вперед»);</li> <li>- Создание видеофильмов о жизни детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей на территории ТОС «Надежда»</li> <li>- Проведение анкетирования;</li> <li>- Организации конкурсов рисунков, плакатов, творческих работ;</li> <li>- Организация и проведение вечеров, праздников;</li> <li>- Участие в художественной самодеятельности;</li> <li>- Участие в месячниках, акциях.</li> <li>- Установление тесных связей с общественными организациями, предпринимателями на территории села Новоильинск</li> <li>- Проведение благотворительных</li> </ul>
---	---	---	--

			акций - Расчистка и благоустройство прилегающей территории строящегося нового Храма Божьего - Социально – экологическая акция «Очистим землю от мусора»
--	--	--	---

### Распространение информации о ходе реализации проекта

1. оформление страницы на сайте техникума
2. оформление стендов, размещение информации в правовом уголке
3. Оформление буклетов
4. Составление отчетов о проделанной работе
5. Распространение опыта работы через средства массовой информации
6. Презентация проекта «Новое поколение выбирает ЗОЖ» на различных мероприятиях, имеющих специальную направленность

### Предполагаемый бюджет

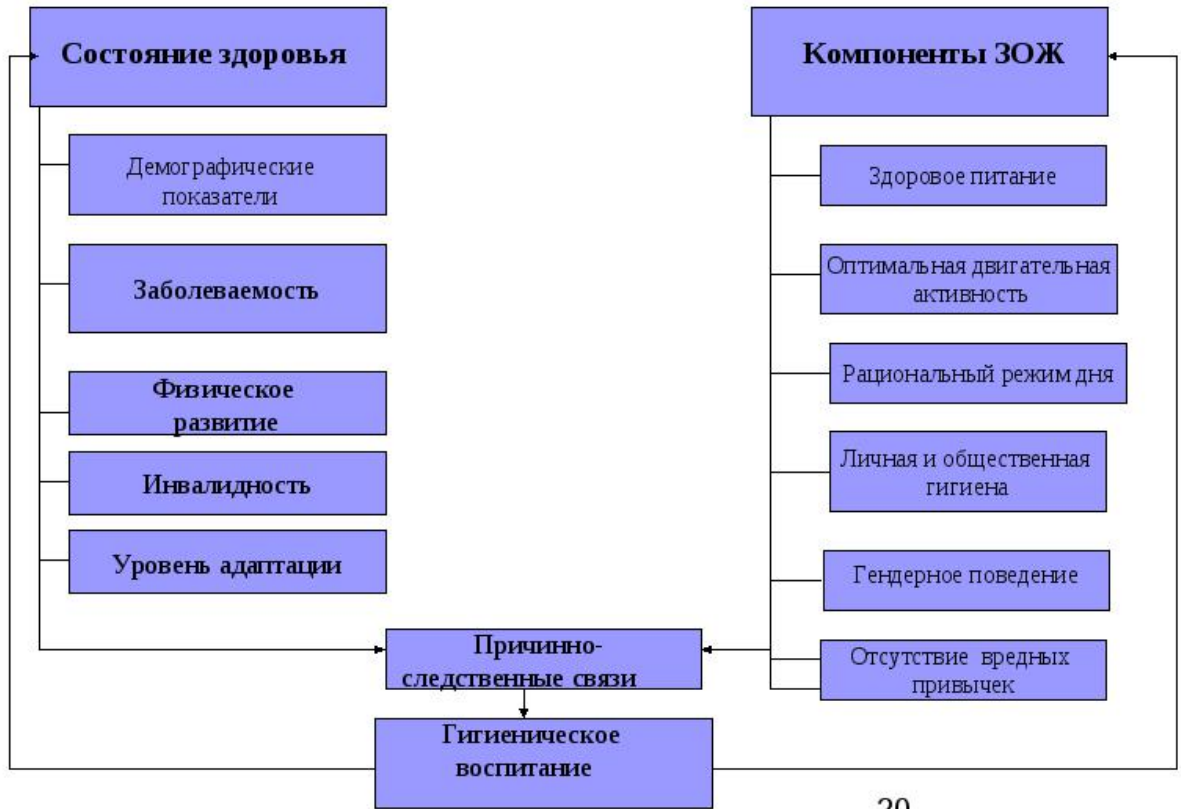
Для реализации проекта предполагается использовать следующие источники финансирования

#### СМЕТА

п/п	Наименование затрат	Затраты/ Источник средств	
		Запрашиваемые средства	Собственные средства
1	Зацепка для скалодрома	60000	
2	Каска		3500
3	Перчатки		1000
4	Веревка 5 мм (100 м)		7500
5	Веревка 10 мм (100 м)	14800	
6	Карабин	11000	
7	Оттяжка SingingRoch 11 см с карабинами	2238	
8	Страховочное спусковое устройство	5000	
9	Страховочная привязь	29000	
10	Конструкция для искусственной горы		95000
11	Палатка 4 - местная	15000	

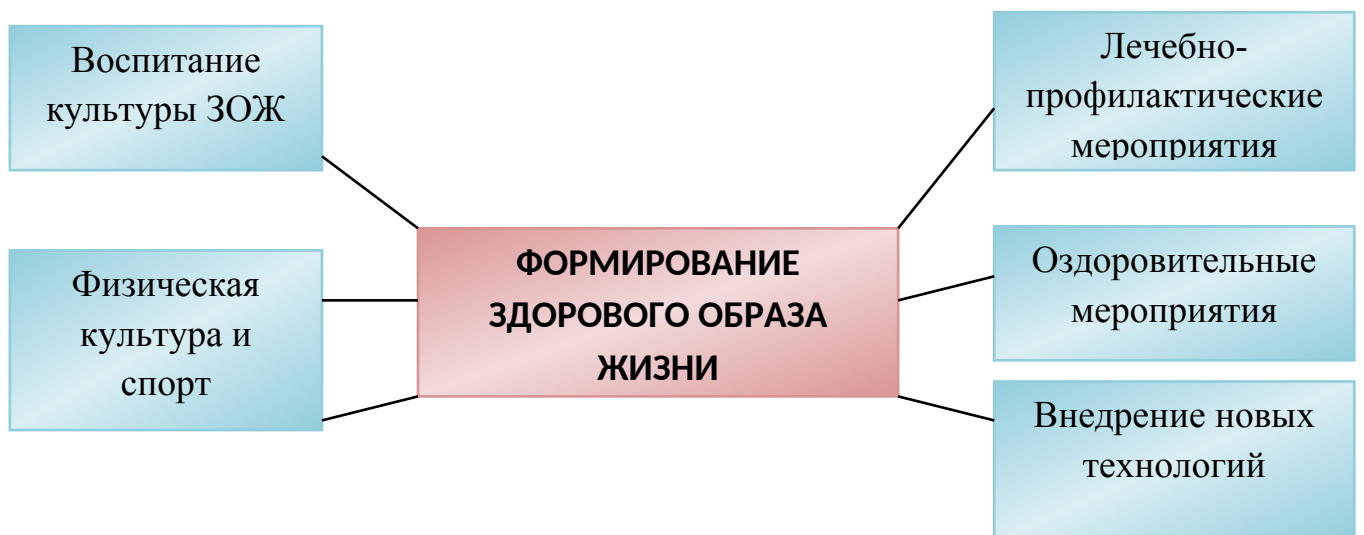
12	Лодка надувная гребная 5 местная	24000	
13	Канцелярские принадлежности		2080
<b>Объем финансирования</b>		<b>161038</b>	<b>109080</b>
<b>Общая сумма проекта</b>		<b>270118</b>	

### Модель мониторинга состояния здоровья и формирования ЗОЖ



20

### Система формирования здорового образа жизни



Учебно-  
воспитательная  
работа