Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №1«Образовательный центр» имени Героя Советского Союза С.В. Вавилова с.Борское муниципального района Борский Самарской области – Дом детского творчества «Гармония»

**Методическая разработка**

**по программе «Радуга мастерства»**

**( воспитательная работа)**

**Я выбираю жизнь!**

Составитель Гаршина Галина Викторовна,

педагог дополнительного образования

Борское, 2019

Содержание

1. Введение……………………………………………………………3
2. Сценарий профилактического мероприятия «Развеем дым!»… 4
3. Сценарий профилактической акции «Скажи жизни «ДА!» ……9
4. Сценарий профилактической акции «Здоровье- наш выбор!»…13
5. Список используемой литературы……………………………….16

Введение

Анализ педагогической теории и практики показывают, что проблема педагогической профилактики вредных привычек в образовательной среде имеет ярко выраженную тенденцию к возрастающему обострению.

Состояние физического и психического здоровья молодежи вызывает тревогу и требует активных действий всего гражданского общества.

Распространенность поведенческих болезней молодежи - таких, как наркомания, алкоголизм, курение, ранние сексуальные связи и, как следствие инфекции, передаваемые половым путем, ВИЧ/СПИД, нежелательная беременность - диктует необходимость решения данных проблем, через совершенствование работы с подрастающим поколением.

Вовлечение подростков в общественную деятельность потребует от них выработки положительных качеств, будет способствовать профилактике отклоняющегося поведения. Задача педагогов - из просвещенного подростка воспитать социально неравнодушную личность, которая в любой ситуации сможет противостоять вредным привычкам.

Представленный сборник методических разработок проведения массовых мероприятий (сценарии) , направленных на пропаганду ЗОЖ отражает методику ранней профилактики вредных привычек у молодежи 15- 18 лет , которая применима в любых образовательных учреждениях.

**Развеем дым**

*Сценарий профилактического мероприятия приуроченного к Международному дню отказа от курения.*

Дата проведения: Третий четверг ноября.

Целевая аудитория: Обучающиеся в возрасте 15-18 лет

Место проведения: Дом детского творчества.

Участники: обучающиеся детских объединений.

**Цель мероприятия**: формирование негативного отношения к употреблению наркотических средств и психотропных веществ .

**Задачи мероприятия:**

- повышение информированности по проблеме табачной зависимости, путях ее формирования и предупреждения распространения в подростковой среде;

- вовлечение молодежи в активную профилактическую агитационно- пропагандистскую деятельность по формированию в обществе негативного отношения к асоциальному поведению, пропаганде преимуществ ведения здорового образа жизни.

**Подготовительный этап:** размещение афиш, репетиция флешмоба с группой актива, изготовление реквизитов и наглядной печатной продукции, а также проведение конкурса репостов в социальной сети «ВКонтакте»

Задача участников конкурса, заключается в том, чтобы разместить опубликованную запись (информация об условиях конкурса и анонс мероприятия «Развеем дым») к себе на страницу и «поделиться» ей со своими друзьями. Победителем конкурса станут три участника, со страницы которых будет сделано наибольшее количество репостов. С помощью специального приложения «ВКонтакте» организаторы конкурса подводят итоги.

**Ход мероприятия**

**Ведущий1:** Добрый день, уважаемые друзья! Сегодня во всем мире отмечается Международный день отказа от курения, который 1977 году был утверждён по решению Американского онкологического общества». Именно к этой дате приурочено наше профилактическое мероприятие «Развеем дым».

**Ведущий 2:** Сегодня в Международный день отказа от курения мы призываем всех сделать свой выбор в пользу здорового образа жизни и провести эти полтора часа вместе с нами, в компании тех, кому небезразлично собственное здоровье и здоровье своих близких!

**Ведущий1:**А для всех нас выступит танцевальный коллектив «……» с творческим номером. Встречайте! Творческий номер.

**Ведущий 2:** Ученые всех стран изучают воздействие табакокурения на организм человека и научными методами доказывают его пагубное воздействие на умственную деятельность человека. У тех, кто курит, снижается работоспособность, возникает расстройство памяти.

**Ведущий1:** Сейчас мы предлагаем активизировать нашу умственную деятельность в творческой форме приняв участие в конкурсе «Буриме». Конкурс «Буриме» Участникам выдаются листы бумаги и письменные принадлежности. Задача конкурсантов: придумать четверостишие на заданные рифмы (варианты рифм): - «вред-бред-табак-враг», - «зря-нельзя-бросай-меняй», - «курить-вредить-береги-беги», - «сигареты-конфеты-будешь-не забудешь».

В завершение мероприятия участники представляют свои «произведения», и по аплодисментам зрителей определяется победитель.

**Ведущий 2** : Я думаю, ни для кого не секрет, что курение негативно сказывается на работе органов дыхания. Так, например, у курящего человека значительно сокращается объем легких. И сейчас я предлагаю провести конкурс «Воздушный шарик» и установить местный рекорд.

**Конкурс «Воздушный шарик».** Участникам предлагается надуть на скорость самый большой воздушный шарик, либо надуть шарик и удерживать его в воздухе без рук. Конкурс проводится в три этапа по 5 человек, после чего соревнуется тройка лидеров.

**Ведущий1 :** Напоминаю, что сегодня мы наше мероприятие посвящено Международному дню отказа от курения. Большинство курильщиков рано или поздно (лучше конечно же рано) задумываются о том, чтобы бросить курить. И это правильное решение. Если бросить курить прямо сейчас, то: - через 20 минут артериальное давление придет в норму; - через 8 часов уровень ядовитого угарного газа в крови снизится наполовину, уровень кислорода нормализуется; - через 3-9 месяцев исчезнут проблемы с дыханием, исчезнут кашель и хрипы; - примерно через год начнут снижаться риски серьёзных заболеваний, причиной которых является курение. Не плохие стимулы расстаться с вредной привычкой прямо сейчас? А дополнительным стимулом могут стать люди, которые уже избавились от этой разрушительной привычки. В том числе знаменитые музыканты, актеры, писатели, политические деятели.

**Ведущий 2:** А кто-нибудь может назвать фамилии этих людей? (Зрители предлагают варианты). А теперь предлагаем принять участие в конкурсе «Отгадай кто?» Конкурс «Отгадай кто?» Задача участников – с помощью подсказок отгадать, о ком идёт речь.

**Личность 1.** 1) Родился в Москве в 1953 году.

2) С юности занимается подводным плаванием, равно как рыбалкой, кулинарией, путешествиями.

3)В возрасте 12 лет начал активно заниматься на гитаре, а в школьные годы создал группу "The Kids"

4) В 1980 году песня его "Поворот", становится песней года.

5) В 1993 году основывает, а впоследствии и возглавляет телекомпанию "Смак" и становится ведущим суперпопулярной программы "Смак",. Ответ: После 25 лет пристрастия от табакокурения отказался Андрей Макаревич. По его словам, не пришлось прибегать к каким-либо методам, организм сам отказался от никотина.

**Личность 2.** 1) Российский эстрадный певец, родился: в 1981 году, в Карачаево - Черкесской автономной области, Ставропольский край.

2) С пятого класса начал изучать в музыкальной школе игру на аккордеоне. После окончания средней и музыкальной школ певец приехал в Москву и поступил в музыкальное училище им. Гнесиных.

3) В 2008 году стал победителем конкурса на «Евровидение», выступив совместно с венгерским скрипачом Эдвином Мартон и известным фигуристом, олимпийским чемпионом по фигурному катанию, Евгением Плющенко.

Ответ: Дима Билан, отказался от вредной привычки в пользу сохранения голоса.

**Ведущий 1** : Мишенью табака также является сердце человека. Любители табака в 13 раз чаще страдают стенокардией, так как большое количество химических веществ попадает в кровь через легкие. Окись углерода (точно такая же, как в автомобильном выхлопе!) замещает часть кислорода в крови. Это вызывает недостаток кислорода во всех органах. А сейчас я предлагаю провести конкурс «Скакалочка» и выявить тех, кто всегда дышит полной грудью и легко справляется с различными физическими нагрузками. Конкурс «Скакалочка» (прыжки на скакалке на время: на двух ногах, на одной ноге, прыжки вперед, прыжки назад, скрестив руки и др).

**Ведущий 2** : А мы продолжаем наше мероприятие и сейчас для Вас выступит:…………. .

**Ведущий 1**: Как всем уже известно, влияние никотина на работоспособность - исключительно отрицательное. Компоненты табачного дыма влияют на все нервные функции, но особенно чувствительна к никотину центральная нервная система и, прежде всего, клетки головного мозга. Под его воздействием происходит сужение сосудов, а, следовательно, уменьшается приток крови к нервной ткани. В связи с этим появляются частые головные боли, происходит ослабление памяти, снижение концентрация внимания. Следующий наш **конкурс «Пинг-Понг**», он позволит нам выявить самого внимательного и самого ловкого участника. Конкурс «Пинг-Понг». Задача участников подбросить как можно больше раз теннисный шарик на ракетке, при этом, не уронив его.

**Ведущий 2** : С ранних лет мы слышим простую истину: «Спорт и курение несовместимы». Это утверждение основано на том, что табакокурение «ударяет» по физическим возможностям и иммунитету человека, замедляет различные процессы в организме. Поэтому в завершении нашего сегодняшнего мероприятия я предлагаю сделать официальное заявление обществу курильщиков - «Мы выбираем здоровый образ жизни!», «Мы выбираем мир без табачного дыма!» и продемонстрировать всем, что не перевесились еще богатыри на земле нашей. **Конкурс «Силачи**» Участникам необходимо выполнить как можно больше приседаний или отжиманий. **Ведущий 1:** Уважаемые участники, наше мероприятие подходит к завершению. Мы благодарим всех собравшихся здесь за вашу активную жизненную позицию, ваше неравнодушное отношение к своему будущему и будущему нашей страны. Желаю Вам только правильных решений и крепкого здоровья. Завершает мероприятие творческий номер.

**Скажи жизни «ДА!»**

*Сценарий профилактической акции*

Дата проведения: 1 декабря.

Место проведения: Дом детского творчества.

Целевая аудитория: Обучающиеся в возрасте 15-18 лет

**Цель мероприятия**: пропаганда здорового и безопасного образа жизни, профилактика распространения ВИЧ/СПИДа и других асоциальных явлений.

**Задачи мероприятия:**

- привлечение внимания подростков к проблеме распространения ВИЧ-инфекциии;

- вовлечение молодежи в активную профилактическую агитационно- пропагандистскую деятельность по формированию в обществе негативного отношения к асоциальному поведению, пропаганде преимуществ ведения здорового образа жизни;

- повышение информированности о путях заражения ВИЧ-инфекцией, способах защиты, источниках получения информации по проблеме.

**Ход мероприятия:**

Перед началом мероприятия волонтеры распространяют среди участников красные ленточки и листовки по профилактике распространения ВИЧ-инфекции.

**Ведущий1** : Добрый день, уважаемые друзья! В эти дни во всем мире отмечается Всемирный день борьбы со СПИДом (1 декабря).

**Видеоролик о СПИДе.** Сегодня мы приглашаем всех стать участниками профилактической акции «Скажи жизни «Да!».

Если вы не равнодушны к проблеме распространения смертельного заболевания, желаете выразить свою гражданскую позицию и сказать: «Нет – СПИДу, жизни – ДА!», то приглашаем Вас прикрепить красную ленточку – символ акции к тематическому баннеру.

**Ведущий 2** : Для начала мне хотелось бы выяснить, что мы знаем о ВИЧ? Ведущий задает вопрос подросткам : «Что вы знаете о СПИДе/ВИЧ- инфекции?».

**Ведущий1** : ВИЧ – это вирус иммунодефицита человека. Он поражает разные клетки тела человека, и в первую очередь – его иммунную систему. Людей больных ВИЧ-инфекцией принято называть ВИЧ-инфицированными. СПИД - это последняя стадия развития ВИЧ-инфекции.

**Музыкальная пауза: подборка песен о здоровье – 3-5 мин.**

**Ведущий 2 :** ВИЧ – инфекция и СПИД – это совершенно новое и малоизученное для людей заболевание. Учёные и врачи считают, что ВИЧ появился на Земле не более 50 лет назад. Однако за это короткое время СПИД уже унёс свыше 25 миллионов жизней. До сих пор не удалось найти ни лекарств, ни вакцины, способных полностью излечить и защитить от ВИЧ-инфекции. Даже в вопросе, когда и как появился вирус иммунодефицита человека, пока не всё окончательно ясно.

**Ведущий1:** Существует несколько гипотез ее возникновения:

1 гипотеза – заболевание возникло в Африке, а затем распространилось на другие континенты. Согласно гипотезе предшественником ВИЧ могли быть близкородственные вирусы приматов.

2 гипотеза – благодаря широкому использованию таких научных экспериментов в медицине, которые вышли из-под контроля.

3 гипотеза – искусственное возникновение вируса в конце 70 – х годов на основе бактериологического оружия.

4 гипотеза - вирус мог существовать с древних времён, меняя модификацию. Ведущий 2: В России о первом случае заражения официально объявлено в 1987 году (молодая жительница г. Санкт-Петербург).

**Ведущий 2:** С каждым годом количество инфицированных людей увеличивается. В 1981 году число больных СПИДом в мире исчислялось десятками, год спустя – сотнями, в 1985 году их количество достигло 10 тысяч человек. На сегодняшний день в мире зарегистрировано более 40 миллионов ВИЧ инфицированных.

**Ведущий 1:** Как уверяют эксперты, человек может узнать о заражении минимум через две недели, а, как правило, - через несколько месяцев. При этом заражать других он может уже через 24 часа. Каким способом - это один из самых главных вопросов.

**Ведущий 2 :** Многие люди до сих пор считают, что инфекция передается в бытовом общении при рукопожатиях, дружеских поцелуях и через бытовые предметы. Однако данных о подобных случаях заражения нет. Вирус содержится во всех биологических средах больного человека, но в различной концентрации. Из-за небольших объемов вырабатываемых организмом человека слюны и пота, а также низкой концентрации в них вируса заразиться через данные биологические жидкости невозможно. Тогда как для заражения через кровь достаточно одной капли на кончике иглы.

**Музыкальная пауза: подборка песен о здоровье – 3-5 минут.**

Ведущие во время музыкальной паузы напоминает участникам, что они могут : прикрепить красные ленточки на тематический баннер в знак своего небезразличного отношения к проблеме ВИЧ-инфекции».

**Ведущий 1:** Возможность заражения существует при следующих ситуациях:

• незащищенный половой контакт;

• совместное использование шприцев или игл (например, при введении наркотиков);

• переливание зараженной цельной крови или ее компонентов, пересадка органов и тканей;

• применение нестерильного хирургического и инъекционного инструментария,

• нанесения татуировок, пирсинга;

• использование чужих лезвий для бритья; зубных щеток.

**Ведущий 2 :** Уважаемые участники, наше мероприятие подходит к завершению. Мы благодарим всех, кто выразил свое небезразличное отношение к проблеме распространения ВИЧ-инфекции, продемонстрировал свое неравнодушное отношение к будущему нашего общества. Берегите себя и своих близких. Будьте благоразумны в своих поступках и действиях. Все вместе, объединившись, мы говорим «НЕТ – СПИДу, ДА – жизни!».

**Здоровье- наш выбор!**

*Сценарий профилактической акции «Здоровье- наш выбор!».*

Дата и время проведения: по плану.

Участники: обучающиеся детских объединений Дома детского творчества 15- 18 лет.

**Цели и задачи :** - привлечение внимания подростков к необходимости ведения активного и здорового образа жизни;

- формирование у них негативного отношения к употреблению различных видов психоактивных веществ;

- повышение информационной грамотности по вопросам профилактики употребления наркотиков;

- пропаганда здорового образа жизни;

- вовлечение молодежи в активную социально-значимую деятельность, развитие творческой активности.

**Подготовительный этап:** подборка музыкального сопровождения, подготовка и рассылка пресс-релиза о проведении мероприятия в СМИ.

Подготовка реквизита: краска, одноразовые резиновые перчатки, баннер. Организация репетиционных мероприятий с участниками флешмоба.

**Ход мероприятия:**

Мероприятие проводится в три этапа:

- танцевальный флешмоб с участием волонтеров;

-выступление актива,

изготовление коллективного профилактического арт-объекта.

**Арт-объект** представляет собой коллективный рисунок на любой поверхности (баннер, стенд, фрагмент фасада и др.) с надписью «Здоровье- наш выбор!».

**Первый этап:** Мероприятие открывается танцевальным номером (участники флешмоба одеты в яркую одежду) .

**Второй этап:**

**Ведущий1** : Добрый день. Мы рады приветствовать всех участников акции «Здоровье- наш выбор!», приуроченном к Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков.

**Ведущий 2:** Наркотики ворвались в жизнь современного общества, унося за собой жизни молодых людей, разрушая семьи. Масштабы развернувшейся эпидемии впечатляют: по итогам мониторинга Департамента здравоохранения  Самарская область занимает первое место по количеству выявленных и поставленных на учет наркоманов, на каждые 100 тысяч населения приходится 649 наркозависимых .

**Ведущий1 :** Мы предлагаем всем желающим внести свой вклад в формирование здорового общества и создать совместными усилиями профилактический арт-объект «Здоровье- наш выбор!».

**Ведущий 2:** Давайте же сделаем нашу жизнь яркой и красочной! Мы предлагаем Вам запечатлеть отпечаток своей ладони на нашем арт-объекте в знак поддержки идей здорового образа жизни.

**Ведущий1:** Наша задача – раскрасить плакат цветными отпечатками ладоней, тем самым высказаться против употребления наркотиков. Красочный отпечаток ладони на арт-объект - это ваш голос за здоровый образ жизни!

**Ведущий 2:** Итак, приглашаем всех желающих подойти к стене (баннеру) и принять участие в изготовлении арт-объекта.

(звучит музыка о здоровье, волонтеры приглашают всех присоединиться к акции (обмакнуть ладонь в резиновой перчатке в краску и сделать отпечаток ладони на арт-объект), распространяют профилактические листовки).

**Ведущий1:** Наркомания, пожалуй, одно из самых страшных явлений нашей современности. С каждым днем все больше людей, в том числе подростков попадает в наркотическую зависимость. Плата за подобные эксперименты над собственной жизнью безгранично велика, а результаты необратимы. Сделайте свой выбор в пользу здоровья, прекрасного и светлого будущего!

**Ведущий 2:** Каждый человек уникален и достоин счастливого будущего. И первый шаг к счастливому будущему – это активный и здоровый образ жизни без вредных привычек! Пусть наше общество будет независимым от наркотиков, алкоголя и табака. Будьте здоровы!

**Литература**

1. Азаров Ю.П. Искусство воспитывать. - М., 2013г. 10. Юковчиц Л.К. Педагогическое воспитание, - СПб.: Питер, 2017. – 292
2. Воробьева Т.В., Ялтонская А.В. Профилактика зависимости от психоактивных веществ. Подготовка и проведение тренинговых занятий по формированию жизненных навыков у подростков. Практикум. - М.: УНП ООН, 2012.
3. Еременко Н. И. Профилактика вредных привычек. - Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2007. - 80 с.
4. Жирова Т. М. Твоя жизнь -твой выбор. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников. Психолого-педагогические рекомендации для преподавателей и родителей / Т. М. Жирова. - Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2007. - 160 с.
5. Коробкина З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 192 с. 4
6. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании / под ред. С. В. Березина, К. С. Лисецкого. - М.: Изд-во Института психотерапии, 2003. - 256с.
7. Сирота Н. А., Ялтонский В.М. Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения. НКО Фонд «Система профилактических программ». - М., 2004.
8. Метадон - много мифов и мало тайн. - [www.ostrov.socspb.ru](http://www.ostrov.socspb.ru)