

**Программа по формированию социальной
компетентности для воспитанников
школы – интерната
«Становление»**

Принята

на педагогическом совете
от 26 сентября 2012 г.
Протокол № 1

Утверждаю _____

Директор школы Седов А.А.

**Подпрограмма
«Я и здоровый безопасный
образ жизни»**

Над программой работали:
Пеньковская Т.И., зам.дир по ВР;
Новопашина Е.А., воспитатель;
Ануфриева Н.А., воспитатель;
Варлакова Л.Л., воспитатель;
Шульгина Н.М., воспитатель.

2012г.

Пояснительная записка

Самое дорогое у человека это жизнь, - писал Н.А.Островский. А жизнь ребёнка вдвойне дорога, потому что он делает ещё первые шаги в этом сложном мире, и оттого, кто будет вести его по жизни, какие картины и дороги он увидит перед собой, будет зависеть его судьба, его здоровье. На каждом шагу его подстерегает опасность. Причинить вред здоровью могут: природные явления, предметы быта, другие люди и он сам.

Употребление психоактивных веществ (далее ПАВ) в наши дни характеризуется новыми и крайне опасными тенденциями. Прежде всего, это снижение возраста начала употребления наркотиков. Если еще несколько лет назад в ряде отечественных и зарубежных руководств можно было прочесть, что средний возраст начала употребления наркотических препаратов составляет 17-18 лет, то теперь этот возраст снизился до 14 лет; перестали быть редкими случаи начала употребления сильных наркотиков в двенадцати, десятилетнем и еще более молодом возрасте. Другой тенденцией является увеличение доли женщин – потребителей наркотиков. Ранее всегда «лидировали» мальчики-подростки, девочки составляли от 10 до 15% наркоманов. В настоящее время соотношение мальчиков и девочек составляет 3:1 за счет резкого увеличения числа подростков женского пола употребляющих наркотические вещества. Если сопоставить показатели заболеваемости наркоманиями подростков и всего населения в целом, то оказывается, что уровень заболеваемости наркоманиями среди подростков почти в 2,5 раза выше, чем среди всего населения, а токсикоманиями - в 8 раз.

Среди основных факторов риска общей смертности 17,1% приходится на курение и 11,9% на алкоголь. Выборочное обследование граждан России старше 15 лет, показало, что курит почти 2/3 мужчин и каждая десятая женщина, причем более 80% мужчин и 50% женщин начинают курить в возрасте до 18 лет. В среднем распространенность курения среди подростков крупных городов России составляет 37% у мальчиков и 25,5% у девочек. Уже в 15 лет каждый десятый имеет табачную зависимость.

Традиционно принято выделять так называемые «группы риска», то есть тех подростков, которые в силу разных обстоятельств могут стать зависимыми. Одним из важных факторов, определяющих попадание подростка в группу риска, считается наличие зависимых среди ближайшего окружения (родственники, друзья, одноклассники и т. д.). Исходя из приведенных выше данных, можно говорить, что почти все подрастающее поколение попадает в группу риска по употреблению ПАВ.

Таким образом, подростки оказались частью общества наиболее подверженной к потреблению ПАВ. Опасность употребления ПАВ в подростковом возрасте заключается в том, что у несовершеннолетних катастрофически быстро формируется установка на дальнейшую зависимость и одновременно останавливается личностный рост, разрываются или деформируются связи с ближайшим окружением, нарушаются семейные отношения, нередко затруднено последующее образование собственной семьи и рождение потомства. Злоупотребление психоактивными веществами нередко ведет к ранней инвалидизации и смерти несовершеннолетних.

Одной из неблагоприятных причин является то, что в последние годы с экранов телевидения демонстрируется пьянство, насилие, разврат, «герои» фильмов употребляют наркотики. Негативные телепередачи, видеофильмы, свободный доступ к приобретению табачных изделий, алкогольных напитков, психоактивных веществ губительно влияет на здоровье воспитанников. Это указывает на то, что в школе необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, проводить профилактическую работу по формированию негативного отношения к употреблению ПАВ.

Таким образом ситуация в обществе диктует необходимость создать программу, которая основывается на формировании здорового образа жизни, стремлении оказать помощь себе и тем, кто в ней нуждается и конечно профилактики употребления ПАВ.

В ходе работы планируются мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни через широкое просвещение подростков и детей о губительной силе никотина, алкоголя, наркотиков на организм человека, а также о законодательных основах антитабачной пропаганды в России .

Ежегодно из – за детских шалостей или по неосторожности происходят несчастные случаи. По данным органов пожарной охраны Курганской области, до 60% пожаров возникают с участием детей. В 2012 году в водоёмах Курганской области утонуло 16 детей. На дорогах городов и сёл каждый месяц гибнут дети. Эта печальная статистика пугает и настораживает.

Данная программа представляет собой также область знаний, охватывающих теорию и практику безопасного поведения человека в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и социального характера. Она предназначена для формирования у воспитанников сознательного и ответственного отношения к вопросам личной гигиены, безопасности, безопасности окружающих, приобретения знаний и умений в прогнозировании опасных ситуаций и вредных факторов среды обитания и различных видов

деятельности человека, определения способов защиты от них, а также приобретения привычек здорового образа жизни.

Программа разработана для воспитанников коррекционных школ – интернатов VIII вида. В основу программы положена личностно – ориентированная модель воспитания и современные подходы к её реализации: компетентный, индивидуально – дифференцированный, гуманистический.

Программа основывается на следующих принципах воспитания:

1. Принцип гарантий: реализация конституционных прав детей и подростков;
2. Принцип участия: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни;
3. Принцип педагогической поддержки: постоянное укрепление физического и психологического здоровья, восполнение ресурсов адаптации.

В данной программе отражена цель, задачи, содержание работы, её система, определены примерные виды деятельности, ожидаемые результаты.

Цель программы:

Создание условий для формирования у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья школ VIII вида понятий о здоровом и безопасном образе жизни.

Задачи:

1. Обучение навыкам и привычкам сохранения физических возможностей и здоровья;
2. Привитие санитарно-гигиенических навыков по уходу за телом, обучение приёмам оказания элементарной медицинской помощи;
3. Формирование негативного отношения к употреблению ПАВ, знаний законодательных основ антитабачной пропаганды в России;
4. Привитие воспитанникам умений правильно действовать в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни (на улице, дома, в школе, в общественных местах, при общении с незнакомыми людьми);
5. Развитие способности предвидеть опасные ситуации, оценивать и прогнозировать их развитие;
6. Совершенствование умений и навыков безопасности в природе;
7. Коррекция внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, эмоционально-волевой сферы личности воспитанников;
8. Воспитание осознания ценности жизни, чувства самосохранения.

Содержание программы

Программа ориентирована для воспитанников 1 – 9 классов коррекционной школы интерната VIII вида на учебную четверть. Она состоит из 5 разделов:

1 раздел «Я и моё здоровье»

2 раздел «Профилактика употребления ПАВ»

3 раздел «Личная безопасность»

4 раздел «Опасности природы»

5 раздел «Опасности на дороге»

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 30 – 45 минут. Общая продолжительность курса 20 часов. 1 раздел – 4 часа, 2 раздел – 5 часов,

3 раздел – 3 часа, 4 раздел – 3 часа, 5 раздел – 4 часа;

Итоговое занятие – 1 час.

1 раздел «Я и моё здоровье»

Цель: формирование понятия «Здоровье» и привычек здорового образа жизни

Задачи:

1. Формировать представлений о том, что полезно и вредно для организма;
2. Прививать стойкие культурно и санитарно – гигиенические навыки ;
3. Формировать у воспитанников навыки сохранения и укрепления здоровья.

2 раздел «Профилактика употребления ПАВ»

Цель: формирование негативного отношения к употреблению ПАВ

Задачи:

1. Знакомить воспитанников с негативными последствиями употребления ПАВ;
2. Стимулировать воспитанников к сохранению своего здоровья;
3. Привлекать воспитанников к позитивной, здоровьесберегающей деятельности.

3 раздел «Личная безопасность»

Цель: формирование у обучающихся знаний правил личной безопасности.

Задачи:

1. Формировать представление об источниках личной безопасности;

Нормативно – правовые обоснования

- Федеральный закон от 01.09.2013г. «Об образовании в РФ»;
- Конвенция о правах ребёнка от 20.11.1989г. (ст.27-31);
- Декларация прав ребёнка (1959г.)
- Федеральный закон №124 от 24. 07.97 г. «Об основных гарантиях Прав ребёнка в Российской Федерации»;
- ФЗ №120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.06. 1999г. (с изменениями, вступившими в силу с 08.05.2013)
- Постановление Правительства Курганской области №390 от 07. 09.07 г. « О целевой программе Курганской области «Социальная поддержка инвалидов в Курганской области на 2008-2010 годы».
- Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде (Приложение 1 к приказу Минобрнауки России от 28.02.2000 N 619)
- Федеральный Закон от 23 февраля 2013 года N 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
- Федеральный закон от 21.10.2013 N 274-ФЗ "О внесении изменений в Кодекс РФ об административных правонарушениях и Федеральный закон "О рекламе" в связи с принятием Федерального закона "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака".

Ресурсное обеспечение

- дидактические материалы;
- технические средства обучения: видеотехника, музыкальная аппаратура, видеофильмы;
- учебно –методическая литература;
- оборудование спортзала;

Источники финансирования

-бюджетные средства школы – интернат;

- шефская и спонсорская помощь.

Кадровое обеспечение программы

-заместитель директора по воспитательной работе;

-психолог школы;

- воспитатель;

-учитель физической культуры;

- медицинский работник школы;

- педагог дополнительного образования;

-инженер по технике безопасности

Литература

1. Синягина, Н.Ю., Кузнецова, И.В. Как сохранить и укрепить своё здоровье.// М., 2003.
2. Цветкова, И.В. Как создать программу воспитательной работы. // М., Просвещение, 2006.
3. Научно – практический журнал. // Завуч. -2005. №6
4. Научно – методический журнал. // Физическая культура в школе – 2009. №8
5. Аксёнов, Г.П., Бальсевич, В.К., Веленский, М.Я., Дитлс, Р. Психолого-педагогическое направление. // М., 2003
6. Духновский, С.В. Психологическое сопровождение подростка в критических ситуациях.// Курган, 2003
7. Абрамов, Р.Н. Профилактика злоупотребления ПАВ в ОУ. // Курган, 2005
8. Хухлаева, О.В. Хухлаев, О.Е., Первушина, И. М. Тропинка к своему Я: Как сохранить психологическое здоровье детей.// М, Генезис, 2004.
9. Ушакова, Н.Н. Основы социально т- педагогической аксиологии.// Курган, ИПК и ПРО,2004
10. Гигиенические требования к условиям содержания и режиму Детских ОУ (Сан Пин).
11. Попова Г.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 1 -3 классы //Волгоград: Учитель, 2006. -120 с.
12. Максинаева М.А. Занятия по ОБЖ с младшими.// Сфера, 2004 -128с.

13. Байбородова Л.В. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Методическое пособие.// Влаос, 2003 – 95с.
14. Безопасность жизнедеятельности: учеб. Пособие. Ч.2 Резчиков Е.А., Носов, В.Б., Под общ. Ред. Резчикова Щербакова Е.Г., М: ИТИУ, 1997 -127с.
15. Крючек Н.О. Цели, задачи и преподавания курса ОБЖ. 2002 -№6-с. 9-11.
16. Латчук В.Н., Марков, В.В. Основы безопасности жизнедеятельности.// методическое пособие. – М.: Дрофа, 2000 – 70с.
17. Методические материалы и документы по курсы. Основы безопасности жизнедеятельности.// Книга для учителя Под ред. Смирнова А.Т., Мишина Б.И. // М.: Просвещение 2001г.
18. Мишин Б.И, Книга для учителя основ безопасности жизнедеятельности.// М.: АСТ, 2002г
19. Репин Ю.А. Актуализации гуманистической концепции курса ОБЖ / Ю. Репин ОБЖ Основы безопасности жизни – 2003 №1-с. 28-21
20. Топоров и.К. Методика преподавания курса .Основы безопасности жизнедеятельности в общеобразовательных учреждениях: Книга для учителя.//М: Просвещение, 2000 – 128с.
21. Щуркова Н.Е. Новое воспитание.- М.: Педагогическое общество в России. 2000г
22. Волков В.М.// Звонят! Откройте дверь? Азбука безопасности. Издательский дом «Карапуз» 2002
23. Усачёв А.В., Березин А.И. Школа безопасности //Учебное пособие для учащихся 1-го класса по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности //Москва. Издательство АСТ. 1996г. -134с
- 24.

Диагностическая программа изучения уровня здорового и безопасного образа жизни с 1 – 9 класс, для воспитанников с ограниченными возможностями школ – интернатов VIII вида.

Основные отношения.	Показатели воспитанности
1. «Я и моё здоровье»	<p>Высокий: 1. Всегда выполняет санитарно – гигиенические требования;</p> <p>2. Осознает ценность здоровья;</p> <p>3. Владеет навыками сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>Средний: 1. частично выполняют санитарно – гигиенические навыки</p> <p>2. Мало знают о ценности здоровья.</p> <p>3. Навыки сохранения и укрепления здоровья сформированы недостаточно, нуждается в контроле.</p> <p>Низкий: 1. Не соблюдают санитарно-гигиенические</p>

	<p>требования в повседневной жизни; 2. Не осознаёт ценность здоровья. 3. Отказывается от соблюдения правил сохранения и укрепления здоровья.</p>
2. «Профилактика употребления ПАВ»	<p>Высокий: 1. понимает пагубное влияние вредных привычек на здоровье; 2. не имеет вредных привычек и ведет здоровый образ жизни; Средний: 1. в недостаточной степени понимают пагубное влияние вредных привычек; 2. имеет вредные привычки и не старается вести здоровый образ жизни. Низкий: 1. не признаёт пагубного влияния вредных привычек на здоровье; 2. имеет вредные привычки, не желает с ними расставаться, не стремится к здоровому образу жизни.</p>
3. «Личная безопасность»	<p>Высокий: 1. Всегда соблюдают правила личной безопасности. 2. знает способы сохранения личной безопасности в ситуациях с незнакомыми людьми, в быту, окружающей среде; Средний: 1. Не всегда соблюдает правила личной безопасности. 2. недостаточно или ошибочно представляет способы сохранения личной безопасности в ситуациях с незнакомыми людьми, в быту, окружающей среде; Низкий: 1. не соблюдают правила личной безопасности; 2. нарушает правила личной безопасности в разных ситуациях, действует необдуманно, спонтанно, подвергая себя опасности.</p>
4 «Опасности в природе»	<p>Высокий: 1. Всегда соблюдает правила поведения в природе 2. знает что может представлять опасность в природе Средний: 1. Не всегда соблюдает правила поведения в природе. 2. недостаточно или ошибочно представляет опасности в природе. Низкий: 1. Не соблюдает правила поведения в природе. 2. Не распознаёт опасности в природе.</p>
5 «Опасности на дороге»	<p>Высокий: 1. Знает и соблюдает ПДД в</p>

	<p>повседневной жизни.</p> <p>2. умеет анализировать ситуацию на дороге, предвидит возможные опасности.</p> <p>Средний: 1. Знает, но не всегда соблюдает ПДД в повседневной жизни.</p> <p>2. Недостаточно точно или искажённо анализирует ситуации на дороге.</p> <p>Низкий: 1. Не соблюдает ПДД в повседневной жизни.</p> <p>2. Не анализирует ситуации на дороге, не видит опасностей.</p>
--	--

Приложение.

Опросник «Мой здоровый и безопасный образ жизни» 1 -3 классы

- что такое опасность?
- что такое безопасность?
- чем опасна игра со спичками?
- опасность электричества, правила поведения с электричеством?
- правила поведения с острыми металлическими предметами?
- как вести себя с незнакомыми людьми?
- как вести себя, когда ты один дома?
- как правильно чистить зубы?
- уход за глазами, ушами?
- для того чтобы не болеть и быть здоровым нужно....?
- какие опасности подстерегают в лесу?
- правила поведения с собакой?
- правила поведения на дороге?

Анкета 4-6 классы 1 часть «Моя безопасность»

1.Какие из этих предметов легковоспламеняющиеся?

- а) ключи б) книга в)стекло

2. почему опасно играть в доме со спичками?

а)проглотишь спичку

б)возникнет пожар

в)обожжёшься спичкой

3. что вы сделаете, если увидите на улице оборванные эл.провода, лежащие на земле?

а)возьмёте в руки и отбросите в сторону

б)позвоните в электросети

в)засыпите землёй

4. первые признаки отравления газом?

а)нападает истерический смех

б)бегаешь как сумасшедший

в)кружится голова, рвота, шум в ушах

5. В комнате дым. Определите возможную причину?

а)рано закрыли заслонку печи

б)помутнело в глазах

в)это дым с улицы

6. твои действия при обнаружения пожара?

а)позвоню по тел.01

б)спрячусь под кровать

в)буду звать на помощь

7. какие из этих примеров опасные?

а)нож, ножницы, пила, спица

б)скалка, сковорода, веник

в)ручка, карандаш, фломастер

8. где хранятся опасные предметы?

а)на столе

б) в специально отведённых местах

в) на видном месте

9. на какой свет следует переходить дорогу?

а) красный б) зелёный в) жёлтый

10. какие машины имеют право ехать даже на красный свет?

а) скорая помощь

б) самосвал

в) легковые (частные) автомобили

11. как вы поступите, если в дверь позвонил незнакомец?

а) открою сразу

б) спрошу «кто там» и открою

в) вообще никому не открою

12. почему нельзя пристально смотреть собаке в глаза?

а) заболят глаза

б) собака может укусить

в) подумает, что хотите с ней поиграть

13. если вас укусила собака. Вы...?

а) попытаетесь остановить кровь

б) немедленно обратитесь в больницу

в) палкой ударите собаку

14. что делать чтобы не отравиться ядовитыми грибами?

а) собирать и употреблять в пищу только знакомые грибы

б) собирать все грибы, а дома разобрать с мамой

в) собирать грибы, сравнивая с иллюстрацией спец. Книги

15. по каким телефонам нужно звонить, если вы оказались в чрезвычайном положении?

а) 01, 02, 03

б)на работу к маме

в)в службу спасения

Анкета 4 -6 классы

2 часть «Моё здоровье»

1. Как известно нормальный режим питания – это плотный завтрак, обед из трёх блюд и скромный ужин. А какой режим питания у вас?

а) именно такой, к тому же вы едите много фруктов и овощей

б)иногда бывает, что вы обходитесь без завтрака или обеда

в)вы вообще не придерживаетесь никакого режима

2. Курите ли вы?

а) нет

б)да, но лишь 1 -2 сигареты в день

в)курите по целой пачке в день

3. Употребляете ли вы спиртное?

а)нет

б) пробовал с другом или дома

в)вы пьёте часто

4. Пьёте ли вы кофе?

а)очень редко

б)пьёте один или два раза в день

в)не можете обойтись без кофе, пьёте его очень много

5. регулярно ли вы делаете зарядку?

а)да, для вас это необходимо

б)хотели бы, но всегда удаётся себя заставить

в)нет, не делаете

6.принимаете ли вы какие-нибудь лекарства?

а)нет

- б) только при острой необходимости
- в) да, принимаете, почти каждый день

7. занимаетесь ли вы спортом?

- а) нет
- б) иногда, по настроению
- в) да, всегда

Подсчёт очков

От 38 до 40 очков. У вас есть все шансы дожить до ста лет. Вы следите за своим здоровьем больше чем за чем-нибудь другим.

От 29 до 37 очков у вас не только хорошее здоровье, но и часто хорошее настроение.

От 0 до 28 ваше здоровье зависит прежде от вас. Но вы слишком легкомысленно к нему относитесь. Откажитесь, пока не поздно, от сигарет и спиртного, упорядочите режим дня.

Анкета «Безопасный и здоровый образ жизни» 7-9 классы

1. Что такое опасность?
2. Перечисли какие опасности подстерегают человека в повседневной жизни:
 - а) опасности в природе
 - б) опасности нашего двора
 - в) опасности в доме
3. Назови опасности на дороге?
 - а) Причины дорожно - транспортных происшествий?
 - б) В каком возрасте разрешается езда на велосипеде по улицам?
4. Что такое терроризм?
5. Ваши действия при встрече с незнакомыми людьми
 - а) на улице
 - б) во дворе
 - в) у квартиры
6. Твои действия при возникновении пожара?
7. Перечислите правила электробезопасности?
8. Перечисли вредные привычки?
9. Как влияют вредные привычки на здоровье?
10. Перечислить телефоны спасения?