**ГКУ СО ВО «Муромский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

**ПРОЕКТ**

**«За здоровый образ жизни»**

Руководитель проекта:

Федяева Наталья Вячеславовна

Должность: воспитатель

стационарного отделения

Муром, 2021 г.

**Актуальность проекта**

Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, который предполагает соблюдение режима труда и отдыха, сбалансированность питания, отказ от вредных привычек, соблюдение гигиенических требований, осуществление профилактических мероприятий, своевременное обращение к врачам в случае болезни и т.д.

Среди подростков наиболее распространенным является злоупотребление вредными веществами, такими как: табак, алкоголь, наркотики. Кроме несения непоправимого вреда здоровью подростков и их окружению вредные привычки препятствуют у юношей и девушек, адекватных возрасту поведенческих установок на здоровый образ жизни, замедляет нравственный и личностный рост.

Необходимо отметить, что в группе риска оказываются подростки, которым необходимо уметь противостоять дурным влияниям, избегать опрометчивых поступков, чреватых тяжелыми последствиями для здоровья, нравственности, будущей деловой карьеры.

Таким образом, необходимо уделять большое внимание формированию у воспитанников умения противостоять и бороться с вредными привычками.

Но для того, чтобы бороться с вредными привычками, необходимо в первую очередь сформировать у ребят отрицательное к ним отношение и организовать серьезную профилактическую просветительскую работу через систему мероприятий, которые должны быть направлены на демонстрацию последствий для организма человека и для его личностного становления. Главным образом, необходимо, чтобы подростки осознали вред, наносимый организму при употреблении алкоголя, курении. Данная проект направлен, прежде всего, на профилактическое воздействие. Механизм реализации направлен на то, чтобы, используя различные формы занятий сформировать у подростков потребность в здоровом образе жизни, сформировать навыки самостоятельного принятия решений, умению противостоять давлению, преодоление стрессовых ситуаций, конфликтных и прочих сложных жизненных ситуаций, а так же проблем общения.

Принимая во внимание актуальность данной проблемы, в стационарном отделении проводится работа по профилактике алкоголизма, наркомании, курения, с целью уберечь детей от вредных привычек.

**Цели и задачи проекта**

Исходя из вышесказанного, целью данного социального проекта является:

* создание комплекса профилактических мероприятий, направленных на предупреждение формирования негативных ценностей и мотивов употребления наркотиков, алкоголя, табака и других психоактивных веществ;
* формирование культуры здорового образа жизни,
* повышение эффективности профилактической работы среди подрастающего поколения в области формирования основ здорового образа жизни среди подростков, находящихся в стационарном отделении, а также формирование у них устойчивого отрицательного отношения к вредным веществам.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие основные задачи:

* ознакомить подростков с причинами злоупотребления вредными веществами;
* наглядно показать последствия нездорового образа жизни и злоупотребления вредными веществами;
* сформировать личную позицию подростков по отношению к вредным привычкам;
* обучить подростков пониманию и осознанию влияния вредных привычек на будущее человека;
* сформировать интерес к массовой физической культуре и спорту.

**Участники проекта (на кого направлена проектная деятельность)**

При осуществлении социального проекта необходимо учитывать особенности подростков. Данный проект рассчитан на подростков 10 -17 лет. Основные специфические особенности этой категории обуславливаются физическим, психологическим и социальным становлением личности, которое происходит в данный период времени.

Центральным и специфичным новообразованием этого возраста является возникновение у подростков чувства взрослости. Именно оно как бы включает специфическую социальную активность подростков. Они становятся восприимчивы к усвоению норм ценностей и способов поведения. Именно в подростковом возрасте происходит сознательное усвоение ценностей.

В нравственном плане подросток начинает руководствоваться в своем поведении теми нравственными убеждениями, которые он усваивает под влиянием окружающей среды.

В этом возрасте подросток весьма подражателен. Это может привести его к ошибочным и даже к аморальным представлениям и поступкам. Но в то же время в этот период процесс становления личности еще возможно повернуть в положительную сторону. Главные критерии, на которые ориентируются подростки: рациональное использование денежных средств, умение принимать разумные решения по жизненно важным вопросам и нести ответственность за них, самостоятельно организовывать свою деятельность, свой быт, свои отношения с другими людьми. Поэтому одним из главных направлений работы специалистов должно стать формирование у подростков нравственного опыта, развитие системы справедливых оценочных суждений, формирование здорового образа жизни.

**Основные этапы и сроки реализации проекта**

Проект планируется реализовать в 3 этапа:

1. Подготовительный этап
2. Этап осуществления профилактических мероприятий.
3. Этап анализа результатов

**Таблица 1. Этапы и сроки реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № Наименование мероприятий | Дата проведения мероприятий | Ответственный |
| Подготовительный этап |
| 1. Подбор соответствующих теме материалов, наглядных пособий, плакатов, статистических данных | 01.02.2021г - 01.03.2021г | Заведующий стационарным отделением, воспитатель стационарного отделения, специалист по социальной работе, психолог. |
| 2. Разработка программы (плана) мероприятий | 01.03.2021 г | Заместитель директора |
| 3. Привлечение волонтёров, медицинских работников инспекторов ОДН МО МВД | В течение реализации проекта(февраль – май) | Директор, заместитель директора, заведующий стационарным отделением, воспитатель, специалист по социальной работе, психолог. |
| 4. Оснащение проекта необходимым оборудованием, программными средствами канцтоварами, | февраль | Завхоз,заведующий СО |
| 5. Проведение первичной диагностики целевой группы | февраль | Воспитатель стационарного отделения, психолог |
| Основной этап |
| 6. Конкурс стенгазет: «Мы за ЗОЖ». | 02.03.2021 г | Воспитатель стационарного отделения |
| 7. Познавательный час: «Скажем алкоголю - Нет!» | 18.03.2021 г | Воспитатель стационарного отделения |
| 8. Встреча с инспекторами отдела ОДН МО МВД «Подростковая среда и алкоголь». | 24.03.2021 г | Заведующий стационарным отделением, воспитатель. |
| 9. Просмотр + обсуждение презентации «Они умерли от СПИД» | 14.04.2021 г | Воспитатель. |
| 10. Проведение анкетирования. | 19.04.2021 г | Воспитатель. |
| 11. Стенгазета «Твой выбор» |  | Воспитатель. |
| 12. Тематическая беседа «Напитки: полезные и вредные» | 19.04.2021г | Воспитатель. |
| 13. Просмотр презентации + обсуждение «Подростковая среда и табакокурение». | 27.04.2021 г | Воспитатель. |
| 14. Конкурсно-игровая программа «На дорогах здоровья» | 02.05.2021 г | Воспитатель. |
| 15. Познавательный час «Мы против наркотиков». | 13.05.2021 г | Воспитатель. |
| 16. Выпуск информационной листовки ЗОЖ «Предупреждён – значит вооружён». | 17.05 2021 г | Воспитатель. |
| 17. Конкурс рисунков: «Скажем наркотикам – Нет!». | 19.05.2021 г | Воспитатель. |
| 18. Мини - беседа «Сумей сказать – НЕТ!» | 21.05 2021 г | Воспитатель. |
| 19. Спортивный праздник «Здоровому человеку - все здорово!» | 22.05.2021 г | Воспитатель. |
| 20. Всемирный день без табака:- выпуск бюллетеней, стенгазеты. | 31.05.2021 г | Воспитатель. |
| Этап анализа результатов. |
| 21. Подведение итогов. Анкетирование. | май | Заведующий стационарным отделением, воспитатель, специалист по социальной работе, психолог. |
| 22. Выработка методических рекомендаций для работников социальной сферы при осуществлении профилактики вредных привычек у подростков. | май | Заместитель директора, заведующий стационарным отделением, воспитатель. |

 **Сроки реализации проекта**: февраль - май учебного года

**Предполагаемые конечные результаты**

По окончании проекта предполагается достижение следующих результатов:

* получение знаний об основах здорового образа жизни;
* формирование негативного отношения к употреблению вредных веществ;
* привлечение н/л к спорту и ЗОЖ.

Данный проект направлен на оказание помощи работникам социальной сферы в деле привития основ здорового образа жизни и профилактики вредных привычек в подростковой среде.

**Таблица 2. Смета расходов.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование | Цена (руб.) | Количество | Сумма (руб.) | Источник финансирования |
| Бумага для принтера | 200 | 2 пачки | 400 | Областной бюджет |
| Ватман | 50 | 5 шт | 250 | Областной бюджет |
| Набор фломастеров | 100 | 2 шт | 120 | Областной бюджет |
| Набор гуаши | 120 | 1 шт | 50 | Областной бюджет |

Данный проект экономически целесообразен, так как требует минимальных затрат и в короткие сроки позволяет осуществлять массовое воздействие на воспитанников.