

МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 4»  
Лужского муниципального района Ленинградской области

## СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

**«Начните дети всей планеты каникулы  
без сигареты!»**



Руководитель: педагог- психолог

Бурыкина Я. Ю.

Исполнители:

обучающиеся 5-6 классов

г. Луга

2017 год

## Информационная карта проекта

<b>Тема проекта</b>	«Начните дети всей планеты каникулы без сигареты»
<b>Руководитель проекта</b>	Педагог-психолог: Бурыкина Я.Ю.
<b>Исполнители проекта</b>	Обучающиеся 5-6 классов в количестве 15 чел.
<b>Участники проекта</b>	Участники образовательного процесса (обучающиеся, педагоги, родители).
<b>Актуальность</b>	Проект «Начните дети всей планеты каникулы без сигареты» направлен на решение одной из актуальных и злободневных проблем нашего времени, и относительно нашей школы проблемы курения.
<b>Цель проекта</b>	Предупреждение проблемы курения среди обучающихся школы через формирование мотивации на здоровый образ жизни.
<b>Задачи проекта</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Разработать и провести анкету социального опроса, способствующего выявлению проблемы, среди учащихся 5-11 классов;</li><li>2. Разработать и провести мероприятия, направленные на профилактику табакокурения в школе;</li><li>3. Сформировать представления о позитивных факторах, влияющих на здоровье;</li><li>4. Вовлечь как можно больше учащихся, педагогов и родителей в мероприятия по здоровому образу жизни;</li><li>5. Организовать мониторинг табакокурения для отслеживания эффективности проведенных мероприятий.</li></ol>
<b>Краткая аннотация содержания проекта</b>	Вся работа начиналась с анкетирования учащихся для выяснения существования у нас в школе такой проблемы. Результаты анкеты показали, что такая проблема имеет место в школе, было решено активизировать работу по профилактике употребления табака. Считаем, что проект «Начните дети всей планеты каникулы без сигареты» является наиболее

	<p>подходящей формой по предупреждению проблемы курения, т.к. направлен на формирование позитивных установок и эффективных поведенческих навыков. Он призван не исправлять, имеющиеся отклонения в поведении, а предупреждать их, формируя тем самым ответственное отношение к сохранению здоровья своего и окружающих, формируя постоянный интерес и мотивацию к изучению вопросов здорового и безопасного образа жизни.</p>
<b>Сроки реализации</b>	Февраль-май 2018 г.
<b>Механизмы и реализации проекта</b>	<p>Содержание проекта реализуется через проведение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уроков ЗОЖ, бесед;</li> <li>- развлекательно – познавательных игр;</li> <li>- сочинений на тему о ЗОЖ;</li> <li>- акции;</li> <li>- конкурса рисунков;</li> <li>- спортивного мероприятия</li> <li>- родительский лекторий.</li> </ul>
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- снижение процента курящих школьников;</li> <li>- рост мотивации к изучению вопросов здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>- рост уровня знаний учащихся, педагогов и родителей о смысле здорового образа жизни и способов его воплощения;</li> <li>- рост интереса учащихся к насыщенной, интересной, разнообразной жизни, в которой нет места курению;</li> <li>- развитие лидерских и коммуникативных умений у учащихся.</li> </ul>
<b>Предполагаемая стоимость проекта</b>	1110 руб.
<b>Контактная информация</b>	<p>188230 Пр. Урицкого д.16  МОУ «СОШ №4»  Тел. 8-81372-2-28-05</p>

## **Актуальность**

Природа создала все, чтобы человек был счастлив: деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас, людей - сильных, красивых, здоровых и разумных. Человек рождается для счастья и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного порока. Но некоторые губят свою жизнь. Ее губят и простые люди, и очень талантливые. Перед страшной бедой ни у кого нет защиты. И имя этой беды курение. С каждым годом все больше появляется людей, зависимых от никотина. Еще- большее осознавать тот факт, что начинают курить молодые люди, подростки 10-15 лет. Сегодня это острейшая проблема, стоящая перед обществом, ставшая всемирной.

Наша школа не исключение, в ней тоже есть курящие ученики. И это сигнал об опасности. Наше отношение к табакокурению только отрицательное. Мы считаем, что курение и школьник — это несовместимо. Школьные годы — это годы как физического, так и умственного развития. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. А во время курения уменьшается содержание кислорода в крови, и это очень тяжело переносит головной мозг. Постепенно слабеет память, внимание, снижается реакция, что отрицательно влияет на успеваемость школьника. Происходит гормональная и психическая перестройка организма. Именно сейчас, когда школьник приобретает знания, когда происходит социальное становление личности, он постепенно формирует свое будущее.

Поэтому мы, учащиеся школы, не можем находиться в стороне и хотим предложить свою программу действий по профилактике табакокурения среди подростков.

### **Цель проекта:**

Предупреждение проблемы курения среди учащихся школы через повышение мотивации школьников к здоровому образу жизни.

### **Задачи проекта:**

1. Разработать и провести анкету социального опроса, способствующего выявлению проблемы, среди учащихся 5-11 классов;
2. Разработать и провести мероприятия, направленные на профилактику табакокурения в школе;
3. Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье,
4. Организовать в дневнике.ru форум на тему «Школа - территория без табачного дыма»;

5. Вовлечь как можно больше учащихся, педагогов и родителей в антитабачные мероприятия;
6. Организовать мониторинг табакокурения для отслеживания эффективности проведенных мероприятий.

## **Программа действий**

Изучив материалы, собранные в ходе работы, мы пришли к выводу, что проблема табакокурения в нашей школе существует. А это значит, что она актуальна и важна для школьников. Считаем, что проект «Начните дети всей планеты каникулы без сигареты» является наиболее подходящей формой работы по предупреждению проблемы курения, т.к. направлен на формирование позитивных установок и эффективных поведенческих навыков. Он призван не исправлять имеющиеся отклонения в поведении, а предупреждать их, формируя тем самым ответственное отношение к сохранению здоровья своего и окружающих, формируя постоянный интерес и мотивацию к изучению вопросов здорового и безопасного образа жизни для курящих родителей. Мы решили подойти к этой проблеме комплексно, и в феврале объявили о старте социального проекта на странице электронного дневника. Наш проект называется **«Начните дети всей планеты каникулы без сигареты»**, поэтому его завершение знаменуется 31 мая днём отказа от курения. Проект состоит из 4-х этапов.

## **Этапы проекта**

### **1-й этап: подготовительный**

- Создание инициативной группы;
- Информирование участников образовательного процесса о реализации проекта;
- Определение цели и задач;
- Изучение существующего опыта.

### **2-й этап: поисково-исследовательский**

- Проведение социологического опроса учащихся нашей школы;
- Обработка результатов;
- Создание в дневнике.ru форума для голосования «Школа территория свободная от курения»;

На данном этапе было проведено анонимное анкетирование учащихся 5-11 классов нашей школы, их возраст 10-17 лет. Всего было опрошено 128 человек.

Вопросы	Процент учащихся, ответивших «Да»
Вы когда-нибудь пробовали курить?	37%
Сейчас Вы курите?	23%
Вы когда-нибудь курили в школе или на её территории?	12%
Знают ли ваши родители о том, что Вы курите?	10%
Курит ли кто-нибудь в вашей семье?	43%
Получаете ли Вы в школе информацию о вреде курения?	49%
Хотели ли бы Вы бросить курить?	21%
Нужна ли Вам помощь в избавлении от табакозависимости?	12%

Анкетирование позволило определить процент курящих учащихся среди опрошенных, он составляет - 23%. 21% из них хотели бы бросить курить, а 12 % нуждаются в помощи в избавлении от табакокурения. Выявлен процент когда-либо пробовавших курить 37% и процент курящих непосредственно в школе и на её территории 12%.

Также стало известно, что 10% родителей знают о том, что их дети курят.

Самая неприятная статистика получена из вопроса «Курит ли кто-нибудь в вашей семье?»- 43% .

### **3-й этап: практический**

- Конкурс рисунков;
- Проведение уроков по здоровому образу жизни для детей, педагогов и родителей;

- Сочинение на тему ЗОЖ;
- Спортивное мероприятие;
- Акция

#### **4-й этап: обобщающий**

- Итоговый мониторинг;
- Анализ результатов.

### **План реализации проекта**

<b>п/п</b>	<b>мероприятия</b>	<b>сроки</b>	<b>ответственные</b>
1	Соц. опрос учащихся по изучению отношения к проблеме табакокурения. 5-11-й кл. <i>(см. приложение)</i>	Февраль	Педагог-психолог.
2	Конкурс рисунков «Здоровым быть модно» и знаков, запрещающих курить. 5-11 кл.	Февраль	Учитель рисования.
3	Сбор и изучение пословиц и поговорок о ЗОЖ 5-6 кл. <i>(см. приложение)</i>	Февраль	Педагог-психолог.
4	Сочинение на тему: «Береги здоровье смолоду» 6 кл.	Март	Заместитель директора по УВР., Педагог -психолог.
5	Викторина о здоровье. 5-6 кл.	Март	Педагог-психолог.
6	Выступление агитбригады на тему «Мы выбираем здоровый образ жизни!» <i>(см. приложение)</i> Забор «Я за здоровый образ жизни потому, что» 5-11 кл.	Март	Педагог-психолог
7	Создание презентаций, буклетов, «листовки обращения, памяток для	Март - май	Педагог-психолог



	учащихся и родителей по профилактике табакокурения; Установка в школе знака, запрещающего курить.		
8	Игра «Сто к одному» между учащимися 5-6 классов и педагогами.	Апрель	Педагог-психолог
9	Беседа со старшеклассниками «Женское здоровье» 9-11 кл.	Апрель	Педагог-психолог
10	Спортивный праздник «Мама. Папа, я спортивная семья» 1-4 кл.	Май	Педагог-психолог
11	Акция, посвящённая всемирному дню отказа от курения 5-11-й кл.	Май	Заместитель директора по УВР., Педагог-психолог
12	Повторный опрос учащихся по отношению к проблеме табакокурения 5-11 кл. Оценка результатов проекта.	Май	Педагог-психолог
13	Проведение заседаний проектной группы учащихся 1 раз в 2 недели.	Февраль - май	Педагог-психолог
14	Консультации для учащихся, родителей и педагогов как помощь избавления от табакокурения.	Февраль - май	Педагог-психолог

Все мероприятия готовятся силами проектной группы (учащимися 5-6 классов) и ответственными организаторами. В работу вовлечены все участники проектной группы. На каждом этапе, у каждого участника своё задание.

**Бюджет проекта**

<b>№ п/п</b>	<b>Статья расходов</b>	<b>Кол-во</b>	<b>Цена</b>	<b>Сумма</b>
1	Бумага ксероксная	1 пачка	250 руб.	250 руб.
2	Конфеты для проведения акции	3 кг.	120 руб.	360 руб.
3	Призы для проведения мероприятий			500 руб
	<b>ИТОГО</b>			<b>1100 руб.</b>

## Список литературы

1. Александров А., Александрова В.Ю. «Курение и его профилактика в школе» М. Интерполиграф. 1996г.
2. Ананьев. В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья / В.А.Ананьев. СПб 16. 2006.
3. Богданович. О.И. 'Здоровый образ жизни: внеклассные мероприятия. О.Н.Богданович. Мозырь. 2008.
4. Волкова С. В. Первичная профилактика табакокурения среди несовершеннолетних. М.: «Твоё время», 2004.
5. Диагностика здоровья: психологический практикум / Под ред. проф. Г.С.1 Никифорова. СПб. 2007.
6. Интернет ресурсы: <http://www.proshkolu.ru>.
7. Маюров. А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Книга 1 / А.П.Маюров. Я.А.Маюров. М. 2004.
8. Основы Безопасности Жизнедеятельности. - 2008. - № 6.
9. Самая курящая страна мира: [статистические данные потребления табака взрослым населением Российской Федерации] // Вопросы социального обеспечения. 2010. - № 24.
10. Халинский Ю. М. В России можно вырастить поколение некурящих / Ю. М. Халинский // Национальные проекты. - 201 0. - № 1 2

## Приложения

### Социологический опрос для учащихся

#### Вопросы

1. Вы когда-нибудь пробовали курить?
2. Сейчас Вы курите?
3. Вы когда-нибудь курили в школе или на её территории?
4. Знают ли ваши родители о том, что Вы курите?
5. Курит ли кто-нибудь в вашей семье?
6. Получаете ли Вы в школе информацию о вреде курения?
7. Хотели ли бы Вы бросить курить?
8. Нужна ли Вам помощь в избавлении от табакозависимости

Спасибо за ответы!

## Пословицы, поговорки о спорте и здоровье

Научись ценить здоровье, прежде чем заболеешь.

Бережешь себя - береги и свое здоровье.

Здоровье растеряешь - ничем не наверстаешь.

Закаляй свое тело с пользой для дела.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

В здоровом теле здоровый дух.

Паруса да снасти у спортсмена во власти.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить - долго жить.

Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

## ***«Мы выбираем здоровый образ жизни!»***

**Участник 1:** Мы - за здоровье.

**Участник 2:** Мы - за счастье,

**Участник 3:** Мы - против боли и несчастья!

**Участник 4:** За трезвый разум,

**Участник 5:** За ясность мысли,

**Участник 6:** За детство, юность.

**Участник 7:** За радость жизни!

**Вместе:** Вас приветствует агитбригада средней школы № 4 «Позитив»

**Участник 1:** Здоровье – это ценность и богатство.

Здоровьем людям надо дорожить!  
Ведь правильно и спортом заниматься,  
И закалятся, и с зарядкою дружить.  
Чтобы любая хворь не подступила.  
Чтоб билось ровно сердце, как мотор,  
Не нужно ни курить, ни злиться.  
Улыбкой победить любой укор.  
Здоровый образ жизни - это сила!  
Ведь без здоровья в жизни никуда.  
Давайте будем мы сильны, красивы  
Тогда года нам будут не беда!

**Участник 2:** Посмотри, как ярко солнце светит!

Облака по небу проплывают...  
Чувствуешь, как нежно дует ветер  
В волосах твоих он весело играет...  
А ты идешь красивою походкой,  
Твое кредо позитивно мыслить  
Ты для всех прекрасная находка  
Ты ведешь здоровый образ жизни!

**Участник 3:** Ты всегда - пример для подражания

И об этом все в округе знают  
По плечу любые испытанья  
И ничто тебя не напрягает  
Если даже неприятности коснуться  
Только о хорошем твои мысли  
На тебя все могут оглянуться  
Ты ведешь здоровый образ жизни

**Участник 4:** Здоровье человека - это главная ценность в жизни. Его не купить ни за какие деньги! Поэтому наша сегодняшняя встреча проходит под девизом: "Мы за здоровый образ жизни!" Вся наша жизнь — это территория здоровья! Природа создала все, чтобы человек был счастлив: деревья, яркое солнце, ЧИСТУЮ воду, плодородную почву. И нас. людей - сильных, красивых, здоровых и разумных. Человек рождается для счастья и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного порока. Но беда может коснуться каждого из нас. А имя этой беды - курение.

**Учитель:** озвучивает итоги социологического опроса, проводимого в школе.

**Учитель:** А теперь об этом и о другом в выступлении нашей агитбригады

**Участник 5:** Наша школа не исключение, в ней тоже есть курящие ученики. И это сигнал об опасности. Наше отношение к табакокурению только отрицательное. Мы считаем, что курение и школьник — это несовместимо. Школьные годы — это годы развития физического и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справляться со всеми нагрузками. Именно сейчас, когда школьник приобретает знания, когда

происходит социальное становление личности, он формирует свое будущее. А успешное будущее во многом определяется уровнем здоровья.

**Участник 6:** Здоровье ни с чем не сравнимая ценность. Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Ученые считают, что если принять условно уровень здоровья на 100 %, то на 20 % он зависит от наследственных факторов, на 20 % - от воздействия окружающей среды, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% зависят от самого человека и от того образа жизни, который он ведет.

**Участник 7:** Рано или поздно все задумываются о своем здоровье. Если Вы хотите склонить чашу весов здоровья в благоприятную сторону и реализовать заложенные в Вас жизненные ресурсы, то смело принимайтесь за здоровый образ жизни. Самое главное, что все это зависит от тебя. Все в твоих руках.

Я хочу вам рассказать -  
Эго просто независимым стать  
Что бы долго, красиво и здорово жить  
Ты должен первым делом себя изменить  
Одолев, все вредные привычки  
Ты найдешь ко всем сердцам отмычку  
Знаешь это, это так несложно  
Стоит только захотеть и все возможно.

**Участник 7:** Вот наши причины, чтобы быть здоровыми!!!

**Участник 7:** Я хочу иметь здоровый внешний вид!!

**Участник 1:** У меня нет лишнего времени на вредные привычки!

**Участник 2:** Вредные привычки мешают заниматься спортом!



**Участник 3:** Я найду, на что потратить свои деньги!

**Участник 4:** Я хочу хорошо закончить школу!

**Участник 5:** Я хочу, чтобы у меня были здоровые дети!

**Участник 6:** Я хочу успешным быть!!!

**Участник 7:** Я хочу здоровой быть!!

**Участник 1:** Я хочу красивой быть!!

**Участник 2:** Я хочу счастливой быть!!!

**Все хором: Скажем "НЕТ" привычкам вредным! Здесь секрета нет!  
Хочешь быть здоровым - Будь им! Добрый наш совет!**

«Курение вредно» - говорят.

Уж лучше посажу я сад.

Весной пусть яблони цветут

И птицы весело поют.

«Курение вредно», - вторят нам.

Пусть будет свежим по утрам

Тот воздух, что вдыхаем мы.

В лугах любясь па цветы.

«Курение вредно», - мы твердим.

И дом прекрасный создадим.

Пусть будет дом - дворец у всех.

Где радость есть и звонкий смех.

«Курение вредно», - знаем мы.

Мы быть здоровыми должны.

Мы выбираем танцы, спорт-

Футбол. хоккей и сноуборд.

«Курить нельзя», - скажи и ты.

И сигаретный дым

Смени на воздух, на друзей.

На красоту планеты всей.

Мы будем в чистом мире жить,  
Творить, смеяться и дружить.  
Пусть счастье будет нам на всех.  
Любовь, здоровье и успех!

## **Танец**

**Если ты:** За хорошее самочувствие.  
За прекрасное настроение.  
За красивый внешний вид,  
За уверенность в завтрашнем дне,  
За здоровье своих будущих детей.

*Оставь свою надпись на стене «Я за здоровый образ жизни потому, что.....»*

Выступление агитбригады сопровождается наклеенными на стены слоганами учащихся МОУ СОШ №4, которые были написаны в 2015 К конкурсу «Я против табака»

«Вместо сигарет ешь много конфет»;  
«Если бросишь ты курить, значит, будешь долго жить»;  
«Ходи в спортзал и не кури качайся, бегай лучше ты!»;  
«I don't.t smoke. I listen to Rock!!!»;  
«Защитим родную землю от табачного изделия»;  
«Начните дети всей планеты каникулы без сигареты!!!»;  
Курение - вред! Пусть звучит, как завет»;  
«Брось сигарету навсегда и станет жизнь твоя легка»;  
«Скажи решительное «НЕТ» - избавься ты от сигарет»;  
«Не трать рубли на сигареты - купи себе крутые кеды»;  
«Курение - ТЬМА, а не курение СВЕТ! Будь независим ты от сигарет»;  
«Сомнительных достоинств ряд тебе предложит никотинов яд»;  
«Привычки этой будь сильней - бросай курить, прошу, скорей!»;  
«Лучше сок пить, чем курить».