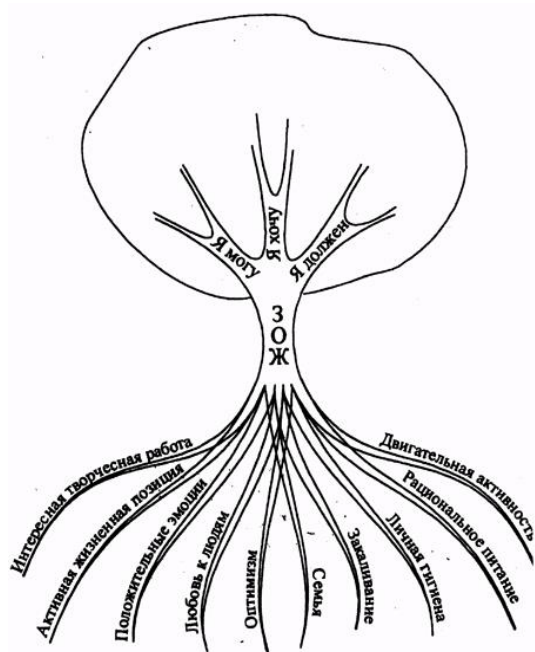


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Голышмановская средняя общеобразовательная школа № 4»

Волонтерский отряд «NEXT»

Эмблема:



Девиз:

«Вместе мы – сила, вместе мы – класс!
Здоровый образ жизни – это все для нас!»

Основные направления работы: профилактика ПАВ, расширение и углубление знаний учащихся о сохранении здоровья, формирование коммуникативных навыков.

Куратор: Коробцова Екатерина Васильевна

Список отряда волонтеров

	Ф.И.	Класс
1.	Канаева Дилара	10
2.	Горбунова Елена	11
3.	Танваева Асель	8
4.	Швецова Юлия	8
5.	Касимова Жасмина	10
6.	Степанова Вероника	7
7.	Маркова Виктория	7
8.	Волкова Диана	7
9.	Конопелько Ирина	8
10.	Жолтенко София	8
11.	Тихонова Анастасия	7
12.	Ирхин Виталий	9
13.	Жанбекова Ирина	7
14.	Хасанова Вероника	7
15.	Овчинникова Анна	9
16.	Паршиков Данил	7
17.	Мягков Кирилл	7
18.	Чичерский Роман	7
19.	Жириков Никита	7
20.	Касян Кирилл	7
21.	Саламакин Илья	8
22.	Кадочников Матвей	7
23.	Исалимов Саян	8





Программа работы волонтерского отряда на 2025 – 2026 учебный год



Куратор волонтерского движения:

Коробцова Екатерина Васильевна

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Цели и задачи программы
3. Организация и структура волонтерского отряда
4. Заповеди волонтеров школы
5. Направления деятельности
6. Ожидаемые результаты работы
7. План работы
8. Литература

Программа работы волонтерского отряда на 2025 – 2026 учебный год

Пояснительная записка

Здоровье – самая большая ценность, которая дана человеку. Но человек не может быть совершенно здоровым, не ведя здорового образа жизни, т.е. образ жизни, способствующий сохранению и развитию здоровья отдельного человека и общества в целом. Факторы сохранения здоровья – это компоненты здорового образа жизни, как основа долголетия. Факторы риска – это факторы, способствующие возникновению заболеваний.

Люди, ведущие здоровый образ жизни, - не курящие, не злоупотребляющие алкоголем, физически активные и употребляющие достаточное количество овощей и фруктов - способны прожить на 14 лет дольше, таковы данные Всемирной организации здравоохранения. В нашей стране высокий уровень смертности, снижение средней продолжительности жизни, началось с 1990 года, но на 2011 год рождаемость превысила смертность, и связано это с политикой государства. По последним данным в Западной Сибири и Тюменской области факторами снижения продолжительности жизни является употребления ПАВ, алкоголя и постоянных стрессов.

Какие именно принципы здорового образа можно взять в качестве оценочного критерия здоровья? К ним относятся очень простые привычки, известные многим поколениям людей – ежедневный семи-восьми часовой сон, поддержание оптимальной массы тела, ежедневный обстоятельный завтрак, отказ от курения и алкоголя, а также регулярная физическая активность. В одном из последних докладов Министерства здравоохранения 2/3 всех заболеваний, встречающихся в возрасте до 65 лет, можно избежать благодаря соответствующим профилактическим мерам.

Чтобы добиться творческого долголетия нужно начать думать о здоровье и представлять себе, что для каждого человека означает оптимальное здоровье, необходимо решить, каковы будут границы, рубежи, которых человек достигнет, пользуясь преимуществами здоровья и проводить профилактику ЗОЖ необходимо в детстве. Возраст 12-17 лет является одним из наиболее сложных периодов в жизни человека. Подростки по-прежнему используют полученные в детстве навыки принятия решений, но в то же время используют совершенно новые стратегии на основании более объективной информации, иных групповых ценностей, целей, установок. На формирование самооценки, самоуважения ребенка значительную роль оказывает восприятие его сверстниками, их мнение. Стремление к независимости нередко сопровождается проблемами во взаимоотношениях с родителями, педагогами. В условиях подросткового периода молодые люди чрезвычайно ранимы, неуверенны. Это состояние порождает чувство собственной неполноценности, смятение, расстройство, нервное возбуждение, страхи и переживания, конфликты с окружающими и в конечном итоге, сильный стресс.

В свете сказанного, нельзя недооценить период школьного обучения, когда формируется модель поведения, которая далее будет определять уровень, продолжительность жизни и состояния здоровья человека. Опыт работы по подготовке волонтеров показал высокую эффективность и востребованность этой формы работы.

Мы разработали программу «НЕХТ», которая занимается пропагандой здорового образа жизни.

Цели программы: формирование убежденности подростков в ЗОЖ, формирование коммуникативных навыков, расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения, развитие творческих способностей, расширение и углубление знаний учащихся о сохранении здоровья.

Задачи:

1. Предоставлять подросткам информации о здоровом образе жизни. Показать преимущества здорового образа жизни.
2. Пропагандировать здоровый образ жизни (при помощи акций, тренинговых занятий, тематических выступлений, конкурсов и др.)
3. Создать условия, позволяющие ученикам своими силами вести работу, направленную

на снижение уровня потребления алкоголизма, табакокурения, ПАВ в подростковой среде.

Волонтерский отряд - это то место, где в совместных делах ребята могут приобрести позитивный опыт социального взросления и социальной ответственности.

Основным направлением работы была избрана профилактика наркомании и других асоциальных явлений. Ребята проводят тренинги уверенного отказа от наркотиков, по профилактике наркомании, тренинги по профилактике ВИЧ/СПИДа.

Здоровый образ жизни – это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливает и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности.

Организация и структура волонтерского отряда

Активная жизненная позиция, умение взаимодействовать и включаться в проект, умение получать и передавать информацию – это то, чем должен обладать волонтер для успешной работы.

В состав волонтерского отряда входит актив, состоящих из обучающихся 8-11 классов и куратор отряда, педагог школы и обучающиеся школы с 7 – 11 класса. Актив координирует деятельность всего отряда, а так же разрабатывает и проводит мероприятия, общие для всего волонтерского движения. Подростки закреплены на секторы, отвечающие за определенную работу. Актив подключает к выполнению и проведению мероприятий своих одноклассников. Главная заповедь – предложи, ровеснику.

Условия для организации работы волонтерского отряда:

1. Взаимодействие специалистов различных областей при обучении волонтеров и подготовке мероприятий.
2. Использование разнообразных форм организации профилактической деятельности (проекты, акции, классные часы, концертные программы, театрализованные представления).
3. Информационное обеспечение опыта работы (школьная газета, фотоальбом, организация выставок, выпуск методических пособий, диспуты, праздники, встречи, соревнования).

Заповеди волонтеров школы

1. Найди того, кто нуждается в твоей поддержке, помоги, защити его.
2. Раскрой себя в любой полезной для окружающих и тебя самой деятельности.
3. Помни, что твоя сила и твоя ценность - в твоём здоровье.
4. Оценивай себя и своих товарищей не по словам, а по реальным отношениям и поступкам.

Кодекс волонтеров:

1. Хотим, чтобы стало модным – Здоровым быть и свободным!
2. Знаем сами и малышей научим, Как сделать своё здоровье лучше! (Дни профилактики в начальной школе)
3. Акции – нужное дело и важное. Скажем вредным привычкам – НЕТ! Мы донести хотим до каждого: Глупо - самим причинять себе вред! (Акции против табакокурения, алкоголизма, наркотиков и СПИДа)
4. Кто тренируется и обучается, У того всегда и всё получается. Тренинг лидерства, тренинг творчества. Приятно общаться, действовать хочется! (Два в одном – обучение и общение).

Тренинги “Я - лидер”, “Уверенность в себе”, “Успешное общение”, “Твоя цель – твой успех”, “Ты и команда”, “Я – творческая личность”)

5. Готовы доказать на деле: Здоровый дух – в здоровом теле! (Участие в районных конкурсах по пропаганде ЗОЖ)
6. Снова и снова скажем народу: “Зависимость может украсть свободу!” (Пропаганда ЗОЖ в школе и не только.)
7. Проблема. Цели. Ресурсы и срок. В работе первое дело – планирование! Волонтеры освоили новый подход – Социальное проектирование! (Пишем социальный проект “Будущее - это мы!”)
8. День волонтера имел успех. Желающих много – берем не всех! Ждет новичков перевоплощение – Испытание, клятва и посвящение! (После творческих испытаний – посвящение в волонтеры.)
9. Соблазнов опасных подальше держись. С нами води интересную жизнь! Думай, когда отвечаешь “нет” и “да” И помни, что выбор есть всегда!

Таким образом, опираясь на собственные традиции и используя инновационный подход, мы реализовываем данную работу в нашей школе.

Направления деятельности

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами, ВИЧ – инфекций.
3. Пропаганда молодежного (волонтерского движения).
4. Профориентационная работа.
5. Организация досуга в молодежной среде.
6. Помощь пожилым людям, детям «группы особого внимания». формирование коммуникативных навыков.

Направления деятельности	Формы работы	Ожидаемый результат
Учебно-исследовательская (познавательная)	Ликбез: лекционные, практические учебные занятия, экскурсии, работа с научной и учебной литературой. Интеллектуально-познавательные игры.	Усвоение теоретических и практических знаний и навыков учащимися. Формирование убеждения необходимости беречь и сохранять свое здоровье. Развитие и расширение кругозора учащихся.
Общественно-полезная	Помощь ветеранам и пожилым людям на прилегающей территории.	Формирование экологической культуры, ответственности за порученное дело, помощи и взаимоподдержки.
Спортивно-оздоровительная Уголок здоровья	Зарядка, минутка здоровья. Подвижные игры. Занятия йогой Походы с играми на местности.	Пропаганда и формирование здорового образа жизни. Улучшение физического состояния учащихся. Увеличение двигательной

		активности. Укрепление физического здоровья детей.
Природоохранная (художественно-эстетическая)	Творческие дела: конкурсы рисунков, плакатов, песен, сказок, загадок, стихов и т.д. Выпуск бюллетеней о здоровом образе жизни.	Развитие творческих способностей учащихся. Оформление композиций из природного материала, из вторичного сырья. Выставки работ учащихся. Использование работ детей в рекламных и природоохранных мероприятиях. Сотрудничество с местной газетой.
Диагностико-аналитическая	Исследовательские проекты. Диагностические психологические тесты.	Получение информации отношении к ЗОЖ, о самооценке учащихся и картины эмоционального состояния детей.

Информационный модуль

1. Беседы со специалистами.
2. Групповые занятия волонтеров для учащихся.
3. Изготовление плакатов, видео.
4. Выпуск газеты.
5. Оформление информационного стенда.
6. Акции волонтеров.
7. Листовки.
8. Игры.
9. Викторины.

Тренинговый модуль

1. Обучающие занятия с волонтерами.
2. Мини-тренинги для учащихся.
3. Интерактивные игры.

Альтернативный модуль

1. КВНы.
2. Игры, конкурсы.
3. Встречи со спортсменами.
4. Неделя "Только здоровые привычки".
5. Спортивные мероприятия.
6. Фотоконкурс.

Ожидаемые результаты работы

Основной результат работы программы - формирование в ходе деятельности более ответственной, адаптированной, здоровой личности.

Владеть знаниями о ЗОЖ и уметь аргументировано отстаивать свою позицию, формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ, курению, алкоголизму:

- Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровью, воспитанию и развитию личности.
- Формирование гармонически развитой личности, обладающей высоким уровнем резерва здоровья.
- Развитие физических, психических, когнитивных, социальных способностей.
- Создание устойчивой мотивации на здоровый образ жизни на основе учебной деятельности и учебно-педагогического контроля.
- У учащихся должны быть выработаны формы поведения, помогающие избежать опасностей для жизни и здоровья.
- Создание познавательно-развивающей учебной деятельности учащихся на основе дифференцированного и личностно-ориентированного подходов.
- Снижение заболеваемости среди учащихся и педагогов.

Волонтёр-это доброволец, разговаривающий на языке юной аудитории, вызывающий доверие и интерес к себе.

Волонтёрство (по пропаганде ЗОЖ) - это доступный, массовый способ профилактики вредных привычек и асоциального поведения в обществе.

План работы волонтерского отряда на 2025 – 2026 учебный год

Сроки	Мероприятия	Ответственные
сентябрь	Районная и общешкольная акция против употребления алкоголя. Волонтерская смена.	Рук. отряда
октябрь	Анкетирование «Здоровое питание» «Твой здоровый образ жизни».	Соц. педагог, кл. руководители, куратор
октябрь	Районная и общешкольная акция против курения.	
октябрь	Проведение классных часов по здоровому питанию и профилактике вредных привычек.	кл. руководители
октябрь	Конференция «Здоровый образ жизни»	Куратор
ноябрь	Тестирование, анкетирование о ЗОЖ.	Рук. клуба
ноябрь	Волонтерская смена	Куратор
ноябрь	Анкетирование «Вредные привычки» Районная праздничная программа	Куратор
ноябрь	Курение и подросток.	Куратор , соц. педагог, кл. руководители
декабрь	Мероприятие, посвященное Дню борьбы со СПИДом.	
декабрь	Мероприятие, посвященное Дню борьбы с туберкулезом	Куратор
декабрь	Исследовательская работа по ЗОЖ	Куратор
декабрь	Тестирование, анкетирование о ЗОЖ.	Куратор
декабрь	Волонтерский новогодний бал.	Куратор
январь	Волонтерская смена	Куратор
январь	Анкетирование «Питание и здоровье»	Куратор
январь	Общешкольная акция «Стресс и здоровье». Выпуск буклетов по ЗОЖ	
февраль	Пропаганда о правильном питании.	Кл. руководители, куратор
февраль	Районный конкурс агитбригат «Здоровая семья – здоровое поколение».	Педагог-организатор, куратор
февраль	Конкурс «Волонтер – года» «Волонтерский отряд»	Куратор , кл. руководители
февраль	«Здоровый защитник – опора России». «Связь поколений».	кл. руководители
март	Тестирование, анкетирование о ЗОЖ.	Куратор
март	«Здоровая мама – здоровая Россия». Диета и девушка. Основы правильного питания подростков.	Куратор , соц. педагог, кл. руководители
март	Конкурс плакатов «Береги здоровье с молодю».	Куратор , соц. педагог, кл. руководители
апрель	Деловая игра-конференция «Здоровье нации».	
апрель	Областная зарядка. Пятиминутки здоровья.	Куратор
апрель	Волонтерская смена Исследовательская работа по ЗОЖ	Куратор
май	Мероприятия по профилактике ПАВ, курения,	Куратор

	алкоголизма.	
май	Тестирование по профилактике ПАВ, курения, алкоголизма.	Куратор
май	Разработка программы «Волонтер + лето»	Куратор
июнь	Проведение мероприятий в лагерной смене	Класс. руков., куратор
июнь	Уголок здоровья.	Куратор

Литература

1. . И.Лалаянц, Л.Милованова. Медицина. «Знаниие» 2010 Спид: катастрофа XX века.
2. Б.Г. Комиссаров. Подросток и наркомания. Ростов - на – Дону, Феникс 2011г.
3. Энциклопедия сексуальной жизни для подростков. М. «Дом» 2004г.
4. В.Ф. Тулянкин, Т.И. Тулянкина. Энциклопедия Домашний доктор 2007г.
- 5.. Клуб Юнеско «Оптималист Подмосковья», Как избежать беды 2, методические материалы по антинаркотическому воспитанию школьников, М., 2007г.
6. Н.А. Сирота, В.М.Ялтонский Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодёжи. М.2010
7. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними. Сборник программ. Изд – во «Образование – культура» С – П 2003.
- 8.*Пайвина Е.Ю.* Профилактика аддиктивного поведения подростков: теория и практика. Ижевск 2005 г.
- 9.Семенака С.И. Социально-психологическая адаптация ребенка в обществе. Коррекционно-развивающие занятия. М.:АРКТИ, 2006
- 10.Субботина Л.Ю. Психологическая защита. Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2008 г.
11. Фрейд А. Психология “Я” И защитные механизмы. М.: “Педагогика - Пресс”, 1993
12. Солодова Г.Г. Возрастные особенности развития и воспитания личности [Текст]: учеб. пособие: / Г.Г.Солодова, С.П.Зуева, 2010 г.
13. Кожина Е.В. Психологические особенности подростка [Текст] /Е.В.Кожина, Е.И. Яцута // Личность в современном мире от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества: сборник. - Кемерово: Изд-во Кемеровского гос. ун-та, 2002.
14. Шапарь, В.Б. Новейший психологический словарь/ В.Б. Шапарь, В.Е. Россоха, О.В.Шапарь; под общей ред. В.Б.Шапаря. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. -806 с

АНКЕТА КУРАТОРА

1. МАОУ «ГСШО № 4»
2. Коробцова Екатерина Васильевна
3. Рабочий телефон – 8 982 134 9290
4. Волонтерский отряд: «NEXТ», создан в 2009 г.
5. Количество волонтеров в школе – 23
6. Волонтерский лидер школы и актив отряда- Овчинникова Анна
7. Возраст волонтеров, класс класс: 7-11, возраст: 14-17 лет

Рассматриваемые вопросы: профилактика правонарушений среди несовершеннолетних, профилактика неуспеваемости и пропусков занятий учащимися, работа с обучающимися «группы особого внимания», родителями.

Совет профилактики

Председатель: директор школы: Ефимова И. Р.
Заместитель директора по УВР: Воронова Е. М.
Социальный педагог: Угрюмова Е.А.
Заместитель директора по ВР: Дубинин А.С.
Член родительского комитета:

