




Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Вяземский лесхоз-техникум им. Н. В. Усенко»

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
воспитательной работе КГБ ПОУ
ВЛХТ

 — О.А. Панченко
« 01 » « 09 » 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГБ ПОУ ВЛХТ
 С.С. Паламарчук
« 01 » « 09 » 2017 г.

Краевой конкурс на лучшую организацию работы
в профессиональных образовательных организациях
Хабаровского края по формированию здорового
образа жизни обучающихся.

Номинация: «Методическая разработка по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся, проживающих в общежитии».

Автор работы: Шагарова Светлана Михайловна, воспитатель общежития, адрес: Хабаровский край, г. Вяземский, ул. Вяземская, д. 88, контактный телефон: 8962 229-20-74.

2018 г.

Пояснительная записка

Название конкурсной работы: Профилактика и формирование навыков здорового образа жизни обучающихся 1-4 курсов, проживающих в общежитии КГБ ПОУ ВЛХТ.

Целевая группа обучающихся: подростки от 15 до 18 лет:

- дети-сироты
- дети, оставшиеся без попечения родителей
- воспитанники, состоящие на учёте в ПДН по г. Вяземского
- обучающиеся, состоящие на внутреннем учёте в техникуме
- дети из малообеспеченных, неполных и многодетных семей.


Обоснование социальной значимости работы:

Данная программа разработана и апробирована в течение трех лет, воспитателем общежития образовательного учреждения и является неотъемлемой частью долгосрочной целевой программы «По профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся, проживающих в общежитии», соответствующий концепции формирования здорового образа жизни и профилактике неинфекционных заболеваний и травматизма (подтверждения программы приложения в конце программы).

На сегодняшней день можно говорить о хороших результатах программы, проследить участие в конкурсах, акциях, студентов проживающих в общежитии на муниципальном и краевом уровнях. Проблема воспитанников заключается в педагогической запущенности, отсутствие элементарных навыков гигиены, здорового образа жизни, раскрытие творческих способностей.

Решить данную проблему в рамках учреждения возможно только на основе комплексного подхода, ориентированного на сохранение и приумножение здоровья обучающихся. Важно, чтобы в итоге такого воздействия у личности сформировалась ответственность за свое здоровье и здоровье других людей.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
воспитательной работе КГБ ПОУ
ВЛХТ


О.А. Панченко
« 01 » 09 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГБ ПОУ ВЛХТ
С.С. Паламарчук

« 01 » 09 2017 г.


**Программа
по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни
обучающихся краевого государственного бюджетного
профессионального образовательного учреждения
«Вяземский лесхоз-техникум им. Н.В. Усенко»,
проживающих в общежитии
(КГБ ПОУ ВЛХТ)**

Пояснительная записка

Данная программа разработана и апробирована в течении трех лет, воспитателем общежития образовательного учреждения и является неотъемлемой частью долгосрочной целевой программы «По профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся, проживающих в общежитии», соответствующий концепции формирования здорового образа жизни и профилактике неинфекционных заболеваний и травматизма.

На сегодняшней день можно говорить о хороших результатах программы, проследить участие в конкурсах, акциях, студентов проживающих в общежитии на муниципальном и краевом уровнях. Проблема воспитанников заключается в педагогической запущенности, отсутствие элементарных навыков гигиены, здорового образа жизни, раскрытие творческих способностей. Существует необходимость целенаправленного формирования у студентов здорового образа жизни, подчиненного принципам заботы о собственном здоровье и здоровье окружающих, отказа от вредных привычек и профилактике различных социальных девиаций.

Решить данную проблему в рамках учреждения возможно только на основе комплексного подхода, ориентированного на сохранение и приумножение здоровья обучающихся. Важно, чтобы в итоге такого воздействия у личности сформировалась новая компетенция ответственность за свое здоровье и здоровье других людей.

Роль воспитателя общежития состоит в приобщении студентов к ценностям физической культуры и здорового образа жизни, внедрении в

жизнедеятельность техникума здоровьесберегающих практик, технологий и активной оздоровительной профилактической работы.

Общие положения Программы

Проблемы, обусловившие необходимость разработки Программы по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся студентов, проживающих в общежитии:

Ухудшение экологической обстановки, убыстряющийся темп жизни - основные факторы, влияющие на здоровье обучающихся.

1. Расширение функциональных обязанностей, специфика работы в учебном учреждении, стрессовые ситуации, сказывающиеся на психологическом здоровье обучающихся.
2. Наличие заболеваний с наследственной предрасположенностью у обучающихся.
3. Рост употребления алкоголя, токсических и наркотических веществ в обществе.
4. Недостаточного знаний о рациональном и правильном питании, о последствиях табакокурения.

Статистические данные ежегодных медицинских профилактических осмотров, показывают, что у студентов проживающих в общежитии наиболее часто диагностируются заболевания органов зрения, органов пищеварения, костно - мышечной системы болезни системы кровообращения, в том числе гипертоническая болезнь, отклонения в сердечно-сосудистой и нервной системе.

Причинами вышеназванных заболеваний являются не только наследственная предрасположенность, но и отсутствие увлеченности физкультурой и спортом, специфика условий и характера деятельности, несоблюдение режима питания, активного отдыха и другие.

Цель программы

Цель программы: определение и оптимизация путей и условий для улучшения здоровья обучающихся, расширение здоровьесберегающего пространства, развитие и внедрение здоровьесберегающих технологий в деятельность учреждения.

Задачи программы:

1. Создание условий для охраны здоровья и полноценного питания обучающихся.
2. Формирование ценностного отношения к состоянию своего здоровья.
3. Разработка и проведение мероприятий по здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения с использованием современных информационных

технологий.

4. Обновление материально-технического состояния спортивной базы учреждения.
5. Систематическое проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек среди обучающихся.

Основные принципы реализации Программы

Реализация Программы рассчитана на период 2017-2020 гг.

Участники: студенты проживающие в общежитии.

Ряд направлений и мероприятий здоровьесохранной деятельности реализуется в рамках, интеграции, с учреждениями здравоохранения, социальной защиты населения Вяземского муниципального района Хабаровского края и реабилитационным центром для несовершеннолетних.

Наиболее актуальными являются меры по коррекции факторов риска, связанных, с образом: жизни и обуславливающих высокую смертность от сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний и внешних причин (травмы, несчастные случаи, отравления).

С этой целью необходимо:

- Повышение физической активности, повышение доступности занятий физической культурой, спортом и туризмом для студентов.
- Снижение потребления алкоголя.
- Снижение распространенности курения.
- Улучшение структуры и качества питания.
- Профилактика употребления наркотиков и психотропных веществ.
- Обеспечение безопасных, условий труда, снижение травматизма.
- Профилактика дорожно-транспортного травматизма.
- Повышение доступности и качества оказания медицинской помощи.

Основные направления деятельности в рамках данной Программы и перечень мероприятий по их реализации:

I. Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья студентов проживающих в общежитии учреждения

- Создание комиссии, по контролю состояния здоровья студентов. **(приложение 1, протокол общего собрания)**
- Систематическое анкетирование студентов проживающих в общежитии с целью выявления и оценки распространённости факторов риска различных заболеваний и вредных привычек, анализ полученных данных. **(приложение 2, анкета)**

- Разработка и коррекция системы профилактических мероприятий. **(приложение 3, памятка студента).**

II. Комплексные оздоровительные мероприятия

- Рекомендации и создание условий для оздоровления студентов проживающих в общежитии. **(приложение 4, буклет, 9, грамота конкурса «Самая уютная комната»).**
- Разработка и внедрение инновационных профилактических и оздоровительных методов. **(приложение 5, программа кружка «Умелые руки»).**
- Систематическая реализация комплекса оздоровительных мероприятий в условиях многофункциональной спортивной площадки \ тренажёрного зала учреждения. **(приложение 6, план мероприятий).**

III. Мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек, физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа

- Организация и проведение регулярных (4-6 раз в год) Дней здоровья.
- Ежегодное участие в Спартакиадах учреждений.
- Система тренировок футбольной, волейбольной, баскетбольной команд студентов в условиях многофункциональной площадки учреждения.
- Размещение методических материалов по формированию здорового образа жизни в общежитии.
- Реализация комплекса тренинговых мероприятий по повышению стрессоустойчивости, созданию благоприятного микроклимата в общежитии психологической службой МБУ «Молодёжный центр Вяземского района».
- Участие в проведении антинаркотического месячника «Знать, чтобы жить!» на территории Вяземского района.
- Расширение перечня и увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий.
- Популяризация различных видов спорта, пропаганда здорового образа жизни.

(Приложение 7, сценарий «Международный день борьбы с наркоманией», «Жизнь без сигарет», «Самый ловкий, умный, смелый»)



IV. Профилактика социально значимых заболеваний

- Осуществление профилактических мероприятий по профилактике алкоголизма, табакокурения и социально значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, туберкулёз, гепатит) с привлечением специалистов КГБУЗ «Вяземская поликлиника», ПДН, педагога-психолога КГУ «Вяземский СРЦ». **(Приложение 8, Диплом и фотографии Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД»)**
- Систематическая профилактическая вакцинация студентов проживающих в общежитии, против распространённых инфекционных заболеваний (вирусный гепатит В, сезонный грипп, грипп H1N1, клещевой энцефалит, краснуха, дифтерия и др.).
- Мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек.

(Приложение 4, 6)

V. Формирование мотивации здорового питания

- Проведение анкетирования студентов проживающих в общежитии по здоровому питанию.
- Выпуск газет «Здоровое питание».
- Проведение бесед для студентов проживающих в общежитии по вопросам здорового питания.
- Привлечение в участие кружковой работы в общежитии.

(Приложение 5, 8 Диплом 1 степени краевого конкурса из твердых бытовых отходов)

**Краевое государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение «Вяземский
лесхоз-техникум им. Н. В. Усенко»**

Краевой конкурс на лучшую организацию работы в профессиональных образовательных организациях Хабаровского края по формированию здорового образа жизни обучающихся.

Номинация: «Методическая разработка по профилактике и формированию навыков здорового образа жизни обучающихся, проживающих в общежитии»

Приложение

Приложение 1



ОБЩЕЕ СОБРАНИЕ СТУДЕНТОВ
ПРОЖИВАЮЩИХ В ОБЩЕЖИТИЯ

ПРОТОКОЛ ЗАСЕДАНИЯ № 1 от 06.09.2018 года.

Присутствовало: 38 человек.
Отсутствовало: 11 человек.

Повестка дня.

1. Изучение правил внутреннего распорядка студенческого общежития.
2. Права и обязанности студентов, проживающих в общежитии.
3. Соблюдение норм пожарной безопасности.
4. Культура поведения, санитарное состояние мест общего пользования.
5. Выборы студенческого совета, старост этажей, старосту общежития, секторов.

СЛУШАЛИ: По первому вопросу заслушали воспитателя общежития Шагарову С.М., она ознакомила присутствующих с правилами внутреннего распорядка студенческого общежития.

ПОСТАНОВИЛИ: Принять к сведению. Активизировать работу со стороны старост общежития.

СЛУШАЛИ: По второму вопросу заслушали воспитателя общежития Шагарову С.М., она ознакомила присутствующих с правами и обязанностями студентов, проживающих в общежитии.

ПОСТАНОВИЛИ: Принять к сведению. Активизировать работу со стороны старост общежития.

СЛУШАЛИ: По третьему вопросу заслушали коменданта общежития Шматько О.Н., она ознакомила присутствующих с соблюдением норм пожарной безопасности.

ПОСТАНОВИЛИ: Принять к сведению. Контроль за соблюдением норм пожарной безопасности осуществлять коменданту общежития Шматько О.Н.

СЛУШАЛИ: По четвертому вопросу заслушали воспитателя общежития Шагарову С.М., она ознакомила присутствующих культура поведения, санитарное состояние мест общего пользования.

ПОСТАНОВИЛИ: Принять к сведению. Активизировать работу со стороны старост общежития, санитарный сектор.

СЛУШАЛИ: По пятому вопросу заслушали воспитателя общежития Шагарову С.М., она предложила выбрать состав студенческого совета, старост этажей, старосту общежития, секторов.

Поступили следующие предложения:

Назначить старостой общежития Маковку Дмитрия, студента 21 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Назначить старостой 3 этажа Сахарова Кирилла, студента 21 РЕМ группы (проголосовали единогласно).

Назначить старостой 4 этажа Бляблину Арину, студентку 41 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Назначить председателя студенческого совета Цыганкову Дарью, студентку 21 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Назначить заместителя председателя студенческого совета Ряшенцева Олега, студента 31 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Назначить состав студенческого совета:

старостой общежития Маковку Дмитрия, студента 21 ЛХ группы

старостой 3 этажа Сахарова Кирилла, студента 21 РЕМ группы

старостой 4 этажа Бляблину Арину, студентку 41 ЛХ группы

председателя студенческого совета Цыганкову Дарью, студентку 21 ЛХ группы

заместителя председателя студенческого совета Ряшенцева Олега, студента 31 ЛХ группы

секретаря студенческого совета Подгорную Кристину, студентку 31 ЛХ группы

В состав комиссии по социально-правовой работе избрать:

Омаеву Ангелину, студентку 11 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Ваулина Кирилла, студента 31 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

Сигде Сергея студента 31 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

В состав санитарного сектора избрать:

Носову Екатерину, студентку 21 КМЦ группы (проголосовали единогласно)

Ячменеву Елену, студентку 11 КМЦ группы (проголосовали единогласно).

Бакирову Валентину, студентку 11 КМЦ группы (проголосовали единогласно).

В комиссию по культурно-массовой работе избрать:

Ольшевского Владислава, студента 31 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

Вострикова Константина, студента 31 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

Абуталипова Руслана, студента 11 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

В состав спортивного сектора избрать:

Колесникова Игоря, студента 11 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

Брунова Александра, студента 11 ЛЗ группы (проголосовали единогласно).

Шкредова Даниила, студента 21 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

В состав трудового сектора избрать:

Вилькова Алексея, студента 21 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Молчанова Павла, студентка 21 РЕМ группы (проголосовали единогласно).

Гурова Александра, студента 21 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

В состав информационного сектора избрать:

Караман Алексея, студента 11 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

Подгорную Кристину, студентку 31 ЛХ группы (проголосовали единогласно).

Шадрина Андрея, студента 11 ТЭ группы (проголосовали единогласно).

Выдвинутые кандидатуры поддержали единогласно.
Проголосовали: «За» -38 чел.

«Против»-0 чел.

«Воздержались»-0 чел.

ПОСТАНОВИЛИ: Утвердить единым списком состав студенческого совета, старост этажей, старосту общежития, секторов.

Председатель Студ. совета
Секретарь Студ. совета



Д. Цыганкова
К. Подгорная

Анкета

1) Как Вы относитесь к здоровому образу жизни?

А) это здорово

Б) можно обойтись и без него

В) не могу ответить

2) Ведете ли Вы здоровый образ жизни?

А) да

Б) нет, но стремлюсь

В) хотелось бы, но нет возможности

Г) жизнь коротка чтобы думать об этом

3) Делаете ли Вы зарядку?

А) да

Б) нет

4) Хотели бы Вы делать зарядку?

А) да

Б) нет

5) Хотели бы Вы, чтобы в нашем общежитии проходили массовые зарядки?

А) да

Б) нет

6) В какое время вы могли бы посещать массовые зарядки?

А) 7

Б) 8

В) 9

7) Готовы ли вы участвовать в массовых пробежках?

А) да

Б) нет

8) В какое время вы могли бы посещать массовые пробежки?

А) утром

Б) вечером

9) Занимаетесь ли вы спортом, активным отдыхом?

А) да

Б) если есть такая возможность

В) меня это не привлекает

Г) хожу в спортзал (посещаю спортивную секцию)

**Памятка студента,
проживающего в общежитии КГБПОУ ВЛХТ за нарушение
проживающими правил внутреннего распорядка следующие
взыскания:**

- а) замечание;
 - б) выговор;
 - в) выселение из общежития;
 - г) отчисление из техникума с расторжением договора - найма на проживание в общежитие (п.2 ч.105 жилищного кодекса РФ)
- Примечание: по п.п. а, б, за нарушение правил внутреннего распорядка студенты могут быть привлечены в добровольном порядке к выполнению общественно - полезных работ в общежитии и на прилегающих территориях.

Проживающие могут быть выселены из общежития в случае:

- * использование жилого помещения не по значению
- * разрушение или повреждение жилого помещения проживающими или другими гражданами, за действие которых они отвечают;
- * отказа проживающих от регистрации по месту пребывания;
- * систематического нарушения проживающими прав законных интересов соседей (громкая музыка), которые делают невозможным совместное проживание в одном помещении;
- * не внесение проживающими платы за жилое помещение в течение трех месяцев;
- * отсутствие проживающих в общежитии без письменного предупреждения более двух месяцев;
- * появление и нахождение в общежитии в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- * распространение, хранение наркотических средств;
- * хранение в общежитии взрывчатых, химически опасных средств или оружия;
- * проживание в комнате посторонних лиц, включая проживающий в других комнатах общежития;
- * проникновение в общежитие через окно;
- * грубость по отношению к персоналу общежития и членам студсовета;
- * распитие спиртных и спиртосодержащих напитков;
- * курение в общежитии;
- * появление после 23.00 ч. в общежитии;

- * за аморальное поведение в общежитии;
- * в иных случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации (УК, ЖК ТК и АПК)

Проживающие в общежитии восстанавливают за свой счет:

- порча замка;
- утерю ключа;
- разрушение или повреждение жилого помещения

Приложение 5



Программа работы кружка «Умелые руки»

«ВЫЖИГАНИЕ»

Пояснительная записка.

Программа «Выжигание» рассчитана на студентов проявляющих интерес к работе с древесиной, фанерой и материалами, изготавливаемых из нее. Выполнение программы рассчитано на 1 год.

Режим работы объединения: пять дней в неделю по 2 часа.

Цель программы:

- Развитие мотивации студентов к познанию и творчеству, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

• Образовательные:

обучение практическим навыкам и умению работать с различными инструментами, позволяющими выполнять обработку древесных материалов; обучение основам техники выполнения различных конструкций изделий.

• Развивающие:

способствовать развитию у студентов способностей в области конструирования, творческого мышления; развивать творческую активность и общую культуру.

• Воспитательные:

воспитание творческой личности;
формирование художественного вкуса, умения видеть и понимать красоту труда;
воспитание чувства патриотизма и гражданственности, любви к своей Родине;
применение на занятиях здоровые сберегающих технологий.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы требуется: расходные материалы: фанера 5мм и 10 мм, лобзики, пилочки к лобзикам, копировальная бумага, кнопки, шлифовальная бумага, клей ПВА, лак мебельный, выжигатели.

Организационно – методическое обеспечение программы

Объединение, основанное на принципах самоуправления и самоопределения.

Методика оценки полученных знаний и результатов

За период обучения студенты получают определенный объем знаний и умений. Для этой цели проводится промежуточный контроль – участие в выставках.

способствовать развитию у студентов способностей в области конструирования, творческого мышления; развивать творческую активность и общую культуру.

• **Воспитательные:**

воспитание творческой личности;

формирование художественного вкуса, умения видеть и понимать красоту труда;

воспитание чувства патриотизма и гражданственности, любви к своей Родине;

применение на занятиях здоровые берегающих технологий.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы требуется: расходные материалы: фанера 5мм и 10 мм, лобзика, пилочки к лобзикам, копировальная бумага, кнопки, шлифовальная бумага, клей ПВА, лак мебельный, выжигатели.

Организационно – методическое обеспечение программы

Объединение, основанное на принципах самоуправления и самоопределения.

Методика оценки полученных знаний и результатов

За период обучения студенты получают определенный объем знаний и умений. Для этой цели проводится промежуточный контроль – участие в выставках. Подводится итог всех работ.

Ожидаемые результаты

В конце года студенты должны уметь: выполнять выбор материала для изделия и его подготовку; переводить рисунок; самостоятельно подготавливать свое рабочее место; выполнять изделия с двумя деталями с соединением «в замок», выполнять отделку изделий выжиганием и росписью; самостоятельно подготавливать инструмент для работы; изготавливать не сложные изделия с несколькими деталями, содержащими сложные элементы, самостоятельно разрабатывать и изготавливать изделия из трех и более деталей.

Учебно – тематический план

| № пп | Тема | Всего часов | Теоретических | Практических |
|------|--|-------------|---------------|--------------|
| 1 | Организационное занятие. Рабочее место и его оборудование. Техника безопасности. | 9 | 2 | 7 |
| 2 | Материалы, используемые при выжигании. Инструменты, оборудование и приспособления. | 15 | 4 | 11 |
| 3 | Виды выжигания. Их особенности. | 20 | 5 | 15 |
| 4 | Подготовка поверхности материала. Перевод рисунка. | 100 | 10 | 90 |
| 5 | Выжигание на плоской поверхности. | 110 | 10 | 100 |

| | | | | |
|---|--|-----|----|-----|
| 6 | Выжигание изделий с несколькими деталями содержащих не сложные элементы (по выбору студентов). | 110 | 10 | 100 |
| 7 | Отделка изделия. | 34 | 4 | 30 |
| 8 | Заключительное занятие | 2 | 2 | - |
| | Итого: | 400 | 47 | 353 |

Содержание программы

1. Организационное занятие

Знакомство. Цели и задачи. Рабочее место. Обсуждение плана работы. Деревообработка — одна из древнейших профессий. Дерево в истории отечественной архитектуры. Деревянные конструкции в современном мире. Охрана лесных богатств, опасность труда при деревообработке. Технология безотходного производства. Ознакомление с правилами техники безопасности и поведения на занятиях. Подготовка рабочего места, оборудования и инструмента

Практическая работа. Ознакомление с рабочим местом. Подготовка рабочего места, оборудования и инструмента. Отработка правил техники безопасности.

2. Материалы, инструменты, оборудование приспособления, используемые при выжигании.

Основные породы деревьев, применяемые в народных промыслах. Пороки древесины. Классификация пиломатериалов. Материалы на основе древесины. Инструменты, приспособления. Классификация инструмента, ознакомление с ними.

Практическая работа.

Определение породы древесины на глаз. Отработка приемов работы с деревообрабатывающим инструментом, его ремонт и изготовление оснастки и приспособлений.

3. Виды выжигания. Их особенности.

Особенности работы с выжигателем. Виды и способы выжигания.

Практическая работа. Подготовка инструмента к работе. Ознакомление с приемами выжигания.

4. Подготовка поверхности материала. Перевод рисунка.

Традиционные и нетрадиционные материалы. Технология подготовки материала к выжиганию. Способы перевода рисунка. Последовательность действий при переводе рисунка. Возможные ошибки перевода и их устранение.

Практическая работа. Подготовка материала к выжиганию. Перевод рисунка.

5. Выжигание на плоской поверхности.

Рассказ об изделиях содержащих элементы выжигания и демонстрация лучших образцов. Показ рисунков изделий. Знакомство с технологией изготовления выжигания на плоской поверхности.

Практическая работа. Изготовление изделий содержащих не сложные элементы (по выбору учащихся).

6. Выжигание изделий с несколькими деталями содержащих не сложные элементы (по выбору студентов). Соединение деталей из фанеры.

Практическая работа. Соединение изготовленных изделий. Подгонка и сборка изделия. Отделка изделия. Чистовая отделка работы. Ошкуривание.

7. Отделка изделия.

Практическая работа.

Демонстрация готовых изделий с отделкой росписью и выжиганием. Ознакомление с технологией росписи деревянных изделий. Выжигание: подготовка изделия и оборудования. Правила безопасности при выжигании. Отработка приемов отделки изделий из фанеры росписью и выжиганием.

8. Заключительное занятие

Подведение итогов работы кружка за год.

Список литературы

для педагога:

1. Основы художественного ремесла: Практическое пособие для руководителей школ, кружков / В. А. Барадудин, Б. И. Коромыслов и др.; под ред. В. А. Барадудий М.: Просвещение, 1979.
2. Буланин В. Д. Мозаичные работы по дереву.— М.: Лесная промышленность, 1981.
3. Внеклассная работа по труду: Работа с разными материалами: Пособие учителей / Сост. А. М. Гукасова.— М.: Просвещение, 1981.
4. Прозоровский Н. И. Технология отделки столярных изделий: Учебник для профтехучилищ.—М.: Высшая школа, 1978.
5. Хворостов А. С. Чеканка, инкрустация, резьба по дереву. — М., 1977
6. Хворостов А. С. Декоративно-прикладное искусство в школе

для учащихся:

1. Прекрасное — своими руками / Сост. С. С. Газарян.— М.: Детская литература 1980.
2. Преторов П. Е. КБ спортивных самоделок.— М.: Физкультура и спорт, 1978.
3. Реинке К., Лютьен Л., Мус И. Постройка яхт.— Л.: Судостроение, 1982.
4. Добрых рук мастерство: Произведения народного искусства в собрании Государственного Русского музея /Под ред. И. Я. Богуславской. — Л., 1981.
5. Жегалова С. К. и др. Пряник, прялка и птица Сири́н. —М., 1983.
6. Круглова О. В. Русская народная резьба и роспись по дереву. — 4-е изд. — М., 1983.
7. Матвеева Т. А. Мозаика и резьба по дереву. — М., 1981.'
8. Попова О. С., Каплан Н, И. Русские художественные промыслы. — М., 1984.
9. Супрун Л. Я. Резьба и роспись по дереву.—М.,1983
10. Федотов Г. Я. Волшебный мир дерева. — М., 1987.

Приложение 6


УТВЕРЖДАЮ
 Заместитель директора по ВР
 О.А. Панченко
 « 03 » « 03 » 2018 г.

Физическое и санитарно-гигиеническое воспитание.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья студентов, проживающих в общежитии.

| | | | |
|----|---|--|--|
| 1. | Регулярное проведение рейдов по проверке санитарного состояния комнат. | 1 раз в месяц | Руководитель по ВР, комендант, воспитатель |
| 2. | Организация встреч с врачами, психологами. Беседы на тему: - гигиена человека; - алкоголь, наркотики – вред здоровью. | Октябрь | Нарколог, психолог |
| 3. | Проведение спортивных мероприятий: - товарищеские встречи по футболу; - турнир по шашкам; - блицтурнир по шахматам; - настольный теннис; - прогулка на лыжах; - викторина: «Твое понимание ЗОЖ»; - встречи по волейболу; - легкоатлетический пробег; - ГТО | Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль, март Апрель Май В течении года | Воспитатель, старосты этажей, инициативная группа Преподаватель физкультуры |
| 4. | Проведение индивидуальных бесед со студентами о поведении в общественных местах. | В течении года | Руководитель по ВР, воспитатель |
| 5. | Посещение спортивных секций, кружков - волейбол - баскетбол - шахматы | В течении года | Преподаватель физкультуры, воспитатель |

| | | |
|--|-----------------------|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - настольный теннис - стрельба из ПВ и ЭО - лыжная подготовка - легкая атлетика - ОФП подготовка ВФСК ГТО - кружок Умелые руки | | |
| <p>Сетевое взаимодействие с учреждениями спортивной направленности Вяземского муниципального района</p> | | |
| <p><u>ДЮСШ</u> Баскетбол Атлетизм Легкая атлетика Волейбол</p> <p><u>ДЮЦ</u> Тур. Клуб Шахматы</p> <p><u>Клуб Локомотив</u> Атлетизм Настольный теннис Черлинг</p> | <p>В течении года</p> | <p>Преподаватель физкультуры, воспитатель</p> |

Воспитатель общежития



С.М. Шагарова

Сценарий мероприятия
«Международный день борьбы с наркоманией»

Эпиграф: Печальная судьба не с неба сваливается, а рождается от человеческой глупости. Л. Альберти

Звон колокола.

Голос за кадром (монотонно и жёстко): Наркотические вещества были известны человечеству еще в глубокой древности. Многие цивилизации использовали наркотики для проведения религиозных обрядов и ритуалов. С развитием торговли наркотики попали в Европу, где нашли своё применение в медицине. Как заболевание наркомания получила широкое распространение в 18 веке. В Россию эта беда пришла в 19 – начале 20 века. Наркоманом может стать любой человек. Надежда на то, что «я сильный, попробую и больше не буду», не оправдывается. Никто не начинает употреблять наркотики, что бы стать наркоманом. Всё начинается с первой пробы. Достаточно одной-трёх проб, чтобы сформировалась психическая зависимость. Потом и физическая. Организм наркомана изнашивается за несколько лет. Они умирают от различных заболеваний, потому что у организма нет сил бороться с болезнями. Длительный прием наркотиков приводит к токсическому повреждению внутренних органов. Это тяжёлые поражения печени, почек, сердца. Нарушаются все функции мозга. Выпадают волосы. Человек становится «живым трупом».

Выходят ведущие:

Ведущий 1. Добрый день!

Ведущий 2. Здравствуйте! Сегодня мы проводим акцию «Мы против наркотиков и курения!».

Ведущий 1. Наркотики, курение, алкоголизм – это проблемы, которые захлестнули сегодня весь мир. В недалеком прошлом нашей страны слово НАРКОМАНИЯ употреблялось очень редко. А между тем, наркомания все больше и больше укоренялась, разъедавая наше общество изнутри, нанося невосполнимый ущерб здоровью людей.

Ведущий 2. Распространение наркотиков в России идет угрожающими темпами. Особую озабоченность вызывает распространение наркотиков среди молодежи. Средний возраст зарегистрированных наркоманов – 10 лет.

Ведущий 1. Наркотик может уничтожить твою душу.

Ведущий 2. Он может разрушить твоё тело. 1-й ведущий: Лишить тебя свободы, сделать зависимым. 2-й ведущий: Ты рискуешь навсегда остаться без семьи.

Ведущий 1. Наркотик укорачивает жизнь, порождает проблемы с законом.

Сценка. (Опасная принцесса – Марихуана)

Сценка: Опасная принцесса – Марихуана (показывают участники волонтерского корпуса)

Действующие лица: Ведущий. Марихуана. Мозг. Учащиеся (Ден и Макс) (За столом сидят два друга – Макс и Ден)

Ден: Как все тошно, надоело – Каждый день одно и то же, Дом, учеба – куча дел, И всегда всем что-то должен... Мусор, пыль, мытье посуды, Быть всегда послушным сыном,

Макс: Ну и нюни распустил ты, Я готов прямо разрыдаться, Чтобы жизнь не стала прозой, Есть «кайфовое» лекарство. Ты прими лишь одну дозу...

Ден: Да, напиться, накуриться, Взять нюхнуть, да и забыться?

Макс: Скуке чтоб не поддаваться, Тебе надо «оторваться»! (Макс и Ден уходят за кулисы зала)

Ведущий: Ден пришел к себе домой, Еще больше сам не свой

(Ден возвращается, зевая, садится за стол и засыпает)

Ведущий 1. И случилось чудо вдруг, Ден услышал слабый стук. И слова: «Войти к вам можно?» Голос кроткий, осторожный.

(Появляется Марихуана, одетая в зеленое платье. Ден видит сон.)

Ден: Да, войдите, вы к кому, О, прекрасная, принцесса?

Марихуана: Прихожу я лишь к тому, Кто страдает болью стресса, Кто не знает, как сладка Жизнь бывает от дымка...

(Появляется Мозг – ученик, одетый в серый строгий костюм, обращается к Марихуане.)

Мозг: Он не звал тебя, постой, И совсем Ден не больной, Так, немного не в себе. И не нуждается в тебе!

Ден: Кто ты, как войти ты смог? Или ты взломал замок ?

Мозг: Я пришел к тебе незвано, Чтоб прогнать Марихуану. От её колючих розг Тебя спасаю. Я – твой Мозг!

Марихуана: Ой, красавчики, поверьте, Я совсем вам не опасна, Помогаю всё терпеть я, В грезах жизнь со мной прекрасна! Окунемся в мир фантазий, В тайны времени, пространства И расслабимся...

Мозг: Ден, не слушай песен феи, Это ложные идеи, Её «дурью» называют, Она волю притупляет, Память быстро ослабляет, И тогда я не сумею С нею справиться, пойми, Ден, гони её, скорей!

Ведущий 1. Ден проснулся, весь в поту, С резкой сухостью во рту. И подумал: мозг не спит, Смысла нет его губить. Надо только постараться В своих чувствах разобраться.

Ведущий 1. А еще наш Ден решил, Все узнать о тех пристрастьях, Что приносят в дом несчастья, Чтобы не было сомнений. Отказаться без мучений, Если «кайф» предложит вдруг Даже самый лучший друг.

Вместе (участники сценки): Мы – молодёжь двадцать первого века, В наших руках судьба человека.

(По-одному)

1. Против наркотиков — я!
2. Против наркотиков — ты!
3. Против наркотиков — мы!

Ведущий 1. Мы живем в огромном, прекрасном мире, где столько интересного и удивительного! Нужно только оглянуться вокруг. И вы сразу увидите, что можно противопоставить наркотикам.

Ведущий 2. Спасибо нашим ребятам, за поучительную сценку. А сейчас вашему вниманию представим презентацию о вреде наркотиков. Вручение буклетов.

СЦЕНАРИЙ мероприятия «Жизнь без сигарет»

Цели:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни,
- выработать у студентов негативное отношение к курению.

Задачи:

- обучающая – игра учит коллективному поиску ответов на вопросы;
- развивающая – способствует развитию общения, стимулирует процесс развития интереса к ведению здорового образа жизни;
- воспитывающая – воспитывает чувство ответственности за коллективное дело.

Тур 1. «В объятиях табачного дыма».

Курение табака возникло еще в глубокой древности. В Европу табак попал из Америки, где побывал мореплаватель Христофор Колумб. Высадившись на незнакомый берег, Колумб и его спутники увидели, что туземцы – взрослые и дети – держали в зубах дымящиеся пучки тлеющих листьев неизвестного европейцам растения. Выяснили, что «дикари» традиционно используют листья для частого вдыхания дыма.

Туземцы предлагали путешественникам покурить и воспринимали отказ как проявление враждебности или недоверия.

Возвращаясь в Европу, Колумб захватил с собой несколько кип сушеных листьев «табакко» и... нескольких курильщиков. Он рассчитывал развлечь своих соотечественников невиданной экзотикой. Так и случилось: краснолицые «дикари», украшенные перьями и пускающие дым изо рта, поразили весь испанский двор.

Вскоре табак попал во Францию: Жан Нико, бывший послом в Испании, привез оттуда листья и семена табака в подарок своей королеве Екатерине Медичи. От фамилии Нико произошло слово «никотин» - так называют основной компонент табака, самый ядовитый.

Постепенно курение стало «путешествовать» по Европе, дошло до России, но активного распространения не получило, пока царевич Петр Алексеевич, постоянно общавшийся с чужеземцами, не научился курить... А потом он стал царем и начал, как известно, вводить в России «европейские» порядки, в том числе и не препятствовал распространению курения.

При Петре I в России появились первые табачные фабрики. Курение распространилось по всей стране. Тогда еще никто не знал, насколько опасна эта привычка.

А теперь проверим, что знаете вы из истории табака.

За правильный ответ команде присуждается очко

1. Родина табака:
 - а) Южная Америка
 - б) Южная Африка
 - в) Южный полюс

2. Колумб в 1492 году высадился на побережье Кубы и увидел аборигенов с дымящейся травой, употребляемой для курения, которую они называли...

а) папиросо

б) сигаро

в) самокруто

3. Кто обнаружил в табаке никотин?

а) Жан-Жак Руссо

б) Жан-Поль Бельмондо

в) Жан Нико

4. Екатерина Медичи использовала табак как лекарственное средство от..

а) насморка

б) мигрени

в) простуды

5. В какой стране табак в XVI веке был объявлен «забавой дьявола»?

а) В Испании

б) В Италии

в) В Бразилии

6. Книга, написанная английским королем Яковом I в 1604 году, называется ...

а) «О вреде табака»

б) «О пользе курения»

в) «Об истории трубки»

7. Самый популярный способ употребления табака в США до XIX века?

а) курение

б) нюханье

в) жевание

8. Кого называют «курильщиками поневоле»?

а) тех, кто находится в обществе курящих

б) тех, кого заставляют курить принудительно

в) тех, кто курит в тюрьме

9. В XIX веке в Петербурге запрещалось курить на улице. Нарушителей порядка строго штрафовали. Кто выступал инициатором запрета на курение?

а) медики

б) пожарные

в) церковь

10. При каком царе за курение табака – «дьявольского зелья» - в России секли кнутом, рвали ноздри и ссылали в Сибирь?

а) при Петре I

б) при Михаиле Федоровиче

в) при Алексее Михайловиче

11. В школах Китая юного курильщика ожидает изнурительное наказание. Какое же?

а) тренировка на велотренажере

б) бег на 1,5 км

в) мытье полов в школе

12. Широко ведется борьба с курением в Болгарии. Какие профессии там объявлены «профессиями некурящих»?

- а) учителя и медики
- б) пожарные и милиционеры
- в) егери и подводники.

Тур 2. «Этикет говорит: Нет»

В XIX веке в обществе существовали довольно строгие правила этикета. Если в доме устраивался бал, для курения отводилось специальное помещение – отдаленная комната или кабинет хозяина. Если бы кто-то вздумал закурить за столом или в танцевальном зале, такого гостя немедленно перестали бы принимать. Курить в гостиной при дамах было просто не позволительно: в курительной комнате, разумеется, находились только мужчины. Курящая женщина была такой же редкостью, как сказочная Баба-Яга. Курение даже на улице считалось неприличным.

Продолжая тему, попробуйте сделать антирекламу курению.

Придумайте четверостишия на заданные рифмы:

«зря – нельзя – бросай – меняй»,
«вред – бред – табак – рак»,
«курить – вредить – береги – беги»,
«сигареты – конфеты – будешь – не забудешь».

Команды зачитывают четверостишия. За наиболее удачные присуждаются очки.

Тур 3. «Курить – здоровью вредить»

Сейчас многие начинают курить, но знаете ли вы, к чему это приводит?

Например, у юноши под воздействием никотина замедляется рост. Вдыхание дыма в легкие приводит к бронхитам, создает опасность пневмонии, повышает вероятность раковых заболеваний.

Курение поражает сердечно-сосудистую, эндокринную систему, органы пищеварения, дыхания – и это список можно продолжить.

Геннадий Касмынин писал:

Утром наполнить спешу никотином
Хилые легкие. Пусть похрипят.
Так я воюю с медициной,
И с утверждением – «Курение – яд!».
Это непросто: щеки обвисли,
Сердце в груди совершает прыжки.
Выпали волосы. Спутались мысли.
Руки дрожат. Под глазами мешки.
Но с ненавистным журналом «Здоровье»,
Что издается на радость ханже,
Вплоть до победы биться готов я.
Врач успокоил: «недолго уже».

Задание третьего тура: продолжите всем известную фразу «Минздрав предупреждает ...»

Команды выполняют задание.

Тур 4. «Хочешь жить - бросай курить»

С табаком, к сожалению, мы встречаемся на каждом шагу: дымят на улице, дома, в общественных местах. Юноши, а в последнее время и некоторые девушки, считают шиком, когда с независимым, как им кажется, «взрослым» видом они проходят по улице с сигаретой в зубах. Такому юноше или девушке кажется, что он (она) похож на «крутого парня» или «современную независимую девушку» без комплексов, которых ничто не волнует. Поверьте, большинству взрослых и пожилых людей неприятно видеть с сигаретой молодого паренька, а уж тем более девушку.

Предлагаю вам нарисовать плакаты на тему «Хочешь жить – бросай курить». А вот где вы разместите свой плакат и с каким уклоном он должен быть, мы сейчас узнаем.

1. В роддоме для будущих мам.
2. Для курильщиков в школьном туалете
3. Для курящих пассажиров
4. Для детей детского сада.

Игроки вытягивают бумажки с заданием и рисуют плакаты.

Подводятся итоги игры.

Производится награждение команды – победительницы.

Заключительное слово.

«Способность бросить вредную привычку зависит от вас: вашей собранности, воли.

Надо быть упорным и настойчивым. Начать курить легче, чем отказаться от курения.

Так давайте же не начинать курить: давайте беречь здоровье – свое и близких!»

Сценарий мероприятия «Самый ловкий, умный, смелый»

Цели и задачи:

Привитие студентам навыков здорового образа жизни;

привлечения их к систематическим занятиям спортивными играми;

выявления талантливых детей для пополнения контингента спортивных секций;

пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам.

Инвентарь: Обручи, скакалки, волейбольные мячи, деревянные дощечки, теннисные мячи.

Спортивный праздник называется «Весёлые старты» и проходит под девизом «Самый ловкий, умный, смелый».

Загадки для участников

1. Любого ударишь –

Он злится и плачет.

А этого стукнешь –

От радости скачет! (мяч)

2.Его кручу рукой,

И на шею и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу (обруч)

3.Гладко, душисто, моет чисто

Нужно, чтоб у каждого было

Что, ребята? (мыло)

4.Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолоков

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком (расчёска)

5.Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда по рукою,

Что это такое? (полотенце)

6.Волосистою головкой

В рот она влезает ловко
И считает зубы нам
По утрам. (зубная щётка)

7. Только ей судья кивнёт
По бревну скакать начнёт!
С длинной ленточкой попляшет
С брусьев ножками помашет
А потом попьёт воды
И ждёт оценок за труды. (гимнастка)

8. Есть лужайка в нашей школе
А на ней козлы и кони
Кувыркаемся мы тут
Ровно 45 минут
В школе кони и лужайка,
Что за чудо угадай-ка? (спортзал)

9. Двухметровая детина
Мяч к мячу, за ним второй
Ведь корзина – то с дырой! (баскетбол)

10. 10 плюс один кого-то
Мяч хотят загнать в ворота
А 11 других
Не пустить стремятся их. (футбол)

11. Зелёный луг,
100 скамеек лишь вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегают народ
На воротах этих
Рыбацкие сети. (стадион)

12. Лёд вокруг прозрачный, плоский
Две железные полосы
А над ними кто-то пляшет
Прыгает, руками машет. (фигурист)

13. Кто по снегу быстро мчится

Провалиться не боится? (лыжник)

14. Он несётся будто к звёздам,

К финишу. Вот это да

Голову он поднял: воздух, -

Опустил: уже вода. (пловец)

15. Вроде ёжика на вид

Но не просит пищи

По одежде побежит

Она станет чище. (щётка)

16. Белая река

В пещеру затекла,

Чистит добела. (зубная паста)

17. Мойдодыру я родня,

Отверни-ка ты меня,

И холодной водою

Живо я тебя умою. (Водопроводный кран)

18. Сижу верхом не на коне,

А у туриста на спине. (Рюкзак)

19. По пустому животу

Бьют меня — невмоготу!

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумачи. (футбольный мяч)

20. Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы, рыболовы?

Что за невод во дворе?

— Не мешал бы ты игре!

Ты бы лучше отошел,

Мы играем в... (волейбол).

21. Когда весна берет свое

И ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через нее,

Ну, а она — через меня. (скакалка)

Приветствие команд. Равняйся! Смирно!

Команды приветствуют друг друга, произнося девиз.

Команда “СМЕШАРИКИ”

Чтоб расти и закаляться

Будем спортом заниматься.

Команда “СМАЙЛИКИ”

Используй ловкость и настрой

Победа будет за тобой.

Ведущий: Оценивать ваши успехи будет жюри.

Пусть жюри весь ход сражения

Без промашки проследит

Кто окажется дружнее

Тот того и победит.

Ведущий:

Эй, команды смелые,

Дружные, умелые

На площадку выходи

Силу, ловкость покажи.

Эстафета «Игольное ушко»

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя.

Затем со следующим обручем также. И так на обратном пути.

Эстафета «Три прыжка»

Участники каждой команды выстраиваются в колонну по одному. На расстоянии 10 метров от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала 1-й, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад, 2-й берет обруч и делает через него три прыжка, идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

Эстафета «Передал - садись»

Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 — 6 м. становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан

поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполняют задание.

Ведущий.

По тропе идут туристы

За спиной у них рюкзак.

А спортсмены финалисты

Обгоняют их вот так.

Эстафета «Переправа»

Участники строятся во встречных колоннах по одному на расстоянии 10м. одна от другой. Направляющие колонн первой группы получают по 3 деревянных дощечки, толщина и ширина которых не менее 10 см, длина - 25 см. Положив 2 дощечки (одну на линии старта, другую впереди, в шаге от первой), каждый из участников становится на дощечки обеими ногами, а третью дощечку держит в руках. По сигналу игрок, не сходя с дощечек, кладет третью дощечку перед собой и переносит на неё ногу, которая была сзади. Освободившуюся дощечку он перекладывает вперед и переносит на него ногу. Так игрок передвигается до противоположной стороны. Назад возвращается, бегом держа дощечки в руках. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Эстафета «Весёлая скакалка»

Игроки каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному. Перед каждой колонной на расстоянии 10–12м. ставится поворотная стойка. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии и продвигается вперед, прыгая через скакалку. У поворотной стойки он складывает скакалку вдвое и перехватывает ее в одну руку. Обрато он двигается, прыгая на двух ногах и вращая скакалку под ногами горизонтально. На финише участник передает скакалку очередному игроку своей команды, а сам становится в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой точнее и раньше закончат эстафету.

Ведущий:

Вижу дружные ребята,

Друг за друга вы горой

Ну, а прыгать, как зайчата

Не хотите ли со мной?

Эстафета «Кенгуру»

Участники строятся в колонну по одному. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 10м. одна от другой. Направляющие колонн зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками и, достигнув

противоположной линии берут мяч в руки и бегом возвращаются назад. Так действуют все игроки. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

Эстафета «Прыжки в мешках»

Участники строятся в колонну по одному, расстояние до контрольной стойки 10 метров. Придерживая мешки руками возле пояса, они прыгают до обозначенного места. Обежав его, ребята возвращаются к своим колоннам, вылезают из мешков, передают их следующим. Так продолжается до тех пор, пока все участники не пробегут в мешках. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

Конкурс «Коллективный забег сороконожек».

забег необычен тем, что в нем участвует вся команда. Обхватив впереди стоящего игрока руками за талию, бегут за ведущим до назначенного места, например, той же импровизированной горы. Оббегают ее и возвращаются назад. Очень важно при этом не столкнуться лбами с командой соперников и не споткнуться и не устроить «кучу малу».

Конкурс «Эстафета с мячом».

– состязание заключается в следующем: команды строятся в ряд. Первые игроки передают мяч следующим до тех пор, пока он не попадет к последним. Последние игроки, обегая каждый свою цепочку, становятся во главе своих команд и передают мяч к игрокам, стоящим за ними. Мяч вновь попадает последнему игроку цепочки, который также должен ее обежать и стать во главе команды и так далее.

Выигрывает та команда, игроки которой раньше поменялись местами.

Конкурс «Капитанов».

Для участия в конкурсе вызываются капитаны команд. Конкурс называется «Штрафные броски», задача капитанов из 10 раз попасть как можно больше. Выигрывает та команда капитан, которой попадет как можно больше раз.

Конкурс для капитанов «Не урони шарик».

Шарик между лбами, кто больше присядет. Капитаны выбирают себе помощников.

Конкурс «Бег в одной связке с другом».

Если хочешь проверить надёжность своего друга, бери его в горы, становись с ним в одну связку и убедись, что он надёжный верный друг. Нас ждёт эстафета.

Ребята становятся парами спина к спине и захватывают друг друга локтями. Созданной парой они бегут к стойке. На пути оббегают вокруг обруча, вокруг

стойки и возвращаются назад тем же путём. На бегу нельзя расцепляться и падать. Если упали, встать и продолжить бег с того же места.

Конкурс «Сиамские близнецы».

Из каждой команды выходят по 2 участника, мы им завязываем веревкой по одной ноге. Их задача – добежать до указанной цели и вернуться обратно к команде и передать веревку следующим двум участникам команды.

Ведущий. Давайте дадим слово жюри и узнаем, чья команда сегодня стала самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной, самой дружной и спортивной.

Итог нашего мероприятия, жюри называет победителя.

Ведущий: Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!





ДИПЛОМ

НАГРАЖДАЕТСЯ

*Шагарова
Светлана Михайловна*

(воспитатель общежития),

*занявшая I место
в конкурсе плакатов
и рисунков «СТИДУ - НЕТ!»,
в рамках Всероссийской акции
«СТОП ВИЧ/СТИД»*

Директор



С.С. Паламарчук

*г. Вяземский
2018 г.*

«Предупредить – значит спасти!»

Новая опасность подстерегает наших детей! Будьте внимательны: в последние годы в Россию идет непрекращающийся поток новых так называемых дизайнерских наркотиков (спайсы и соли, курительные смеси). Они расходятся по стране почтовыми отправлениями, а непосредственная торговля ведется через сеть Интернет. Объявления об их продаже легко можно найти на стенах зданий, возле образовательных учреждений. Как правило, подросток заходит на сайты торгующие наркотиками, набирая в поисковике несколько ключевых слов, получает контакт, списывается через скайп или аську, делает заказ, ему тут же сообщают номер счета, он оплачивает через терминалы, и ему сообщают, где забрать спрятанные наркотики. Те же самые действия можно осуществлять в Контакте, Одноклассниках и т.д. Для подростков это все - интересная игра. Продавцы активно муссируют мнение, что курительные смеси относятся к категории так называемых легких наркотиков, которые можно употреблять с друзьями во время отдыха. При этом заявляется, что они не вызывают привыкания и абсолютно безопасны для здоровья. Врачи предупреждают: эти наркотики чрезвычайно опасны, так как доступны, просты в употреблении, и действуют в первую очередь на психику. Уважаемые родители! Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас. Запомните - наркотики не выбирают, сын учительницы или дочь генерала.

СПАЙСЫ

Сам порошок похож на обычную соду. Его разводят разными способами, и наносят (опрыскивают) на «основу», которой может служить обычная аптечная трава. Иногда для вязкости перемешивают в миксере с черносливом или табаком для кальянов. Но молодые потребители, как правило, берут готовый наркотик. Самый распространенный способ употребления курительных смесей — маленькая пластиковая бутылочка с дыркой (если такие бутылочки с прожженной дыркой находят в школьных туалетах, это самый верный признак того, что в школе употребляют наркотики). Так же смеси иногда курят через разные трубочки. Действие курительных смесей может длиться от 20 минут до нескольких часов. Симптомы: - кашель (наркотик обжигает слизистую), - сухость во рту (требуется постоянное употребление жидкости), - мутный либо покрасневший белок глаз (важный признак! наркоманы носят с собой глазные капли), - нарушение координации, - заторможенность речи (слова произносят медленно, с растяжкой), - неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании, - бледность кожи, учащенный пульс, - приступы смеха. Употребление курительных смесей — частая причина подростковых суицидов. Как правило, выходят из окон. Это не значит, что подросток хотел свести счеты с жизнью, возможно, он просто хотел полетать. И еще. В 99% случаев употребляют курительные смеси начинают те, кто уже курит сигареты.

СОЛИ

Это еще более страшные наркотики. Они продаются под разными безобидными названиями (соли для ванн, средства для опрыскивания растений, корм для рыбок и т.д.) Опасность этих наркотиков заключается в их доступности и простоте употребления (нюхают, реже курят, разводят в любой жидкости и пьют, а также колют в вену). Очень сложно просчитать дозу, и при передозировках солями процент летального исхода значительно выше, чем при передозировках опиатами. Самое страшное – эти наркотики действуют на психику и разрушают личность. При употреблении солей человек стремительно деградирует, и деградация эта имеет необратимые последствия. Если курительные смеси можно какое-то время употреблять незаметно, то начавшего употреблять соли видно сразу. Симптомы: - беспокойный взгляд, - тревожное состояние (ощущение, что за тобой следят, что кругом - враги); - дефекты речи (судорожные движения нижней челюстью, гримасы); - отсутствие аппетита; - галлюцинации (как правило, слуховые); - непроизвольные движения руками, ногами, головой; - полное отсутствие сна, - вне приема наркотиков — чрезмерная сонливость (спят по несколько суток), - сильный упадок настроения, депрессия, суицидальные настроения. Через некоторое время после начала их употребления наблюдается резкая потеря веса (за неделю до 10 кг.).



Наркомания - болезненное, непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, лекарствам, таблеткам. Человек идёт на всё, чтобы достать наркотик. Наркотик как безжалостный палач, который требует: «Укради, убей, достань очередную дозу, прими её, иначе я подвергну тебя жуткой пытке». Вот как описывают наркомана: «Высохший человек метался по койке в больничной палате с зарешёченными окнами, его тело билось и корчилось в конвульсиях, покрывалось крупными каплями пота. Время от времени начинались мучительные, судорожные позывы к рвоте. Больной плакал, ругался, умолял, кричал диким голосом «Спасите! Умираю! Доктор-укол! Будьте прокляты! Черви, белые черви грызут меня! Уберите их!!!!» Отчего люди становятся наркоманами? Тут кроется ужасный обман. Наркотики очень дорого стоят.

Люди, распространяющие их, получают огромную прибыль. Трудом таких денег не заработать. Но продавцам нужны покупатели, т.е. несчастные, привыкшие к наркотикам, готовые отдать любые деньги за одну дозу. Поэтому новичкам предлагают наркотики почти бесплатно, уговаривают: «Попробуй, это приятно, это - интересно». Провоцируют: «Наркотики для смелых, ты же не трус? Нет? Так попробуй». Но никакой смелости в этом нет. Наоборот, смелым может считать себя лишь тот, кто не идёт на поводу у других!!! Помните, что наркомания не сладостное занятие, не баловство, не приятное времяпровождение в компании, а болезнь. Неизлечимая, страшная, мучительная болезнь, весь ужас которой в том, и заключается, что поначалу все кажется просто игрой, детской забавой. А потом человек уже не принадлежит себе, не владеет собой. Это им владеют и держат душу в кольце наркотического плена, дурмана.

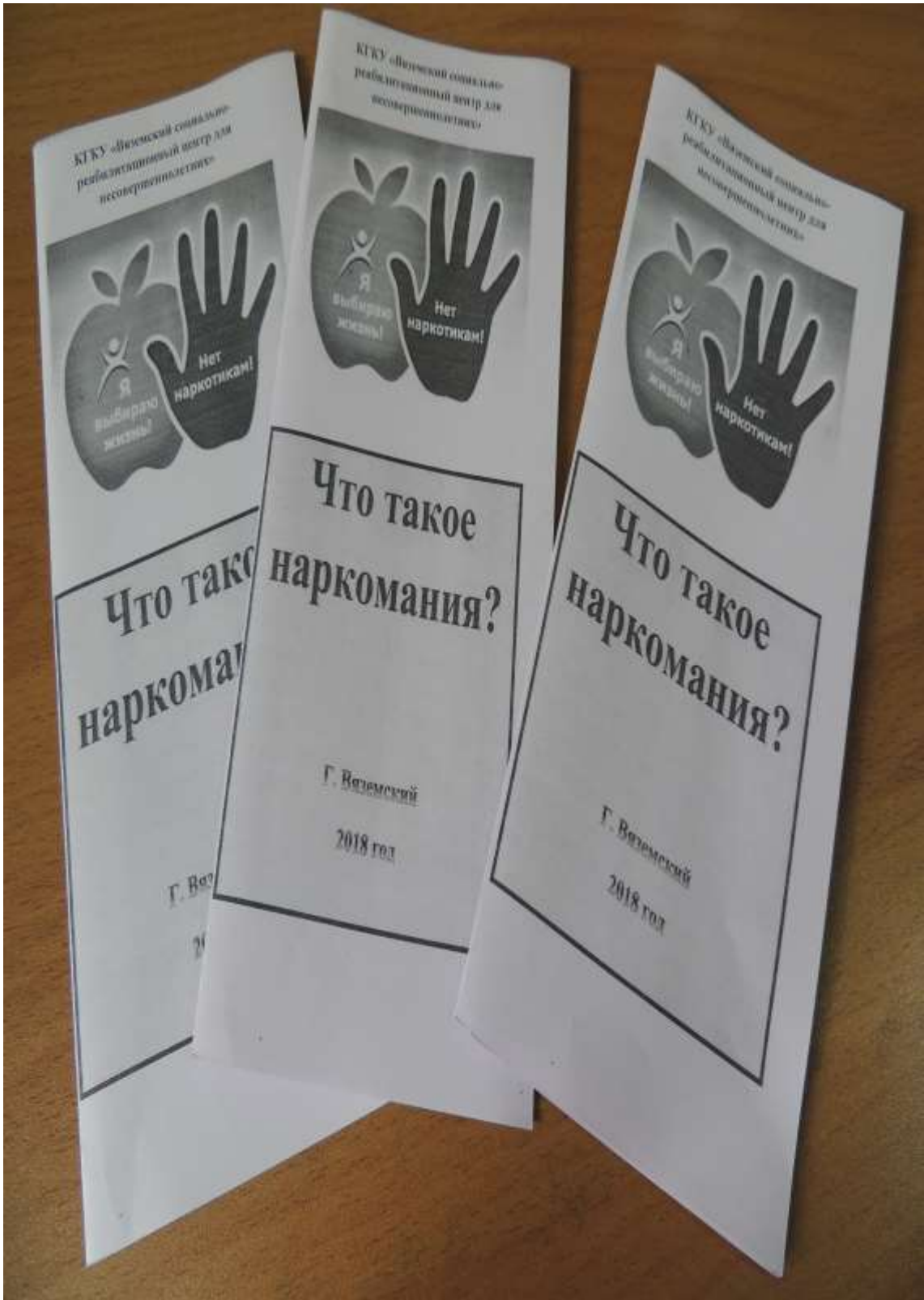
КГБ ПОУ ВЛХТ



Что такое наркомания?

г. Вяземский

2018 год





Министерство природных ресурсов Хабаровского края
Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Хабаровский краевой центр развития творчества
детей и юношества»



ДИПЛОМ

I степени
награждается

Мамаева Александра,
учащаяся КГБ ПОУ ВЛХТ,

победитель краевого конкурса
творческих работ из
твёрдых бытовых отходов


в номинации «Арт-утиль»
(руководитель С.М. Шагарова)

Генеральный директор
КГБОУ ДО ХКЦРТДИЮ



Хабаровск
2018

В.В. Доровская

Министерство природных ресурсов Хабаровского края
Министерство образования и науки Хабаровского края
 Краевое государственное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Хабаровский краевой центр развития творчества детей и юношества»



2017
ГОД ЭКОЛОГИИ
В РОССИИ



ДИПЛОМ

I степени
награждается

Саидова Наталья,

студентка КГБ ПОУ «Вяземский лесхоз-техникум
им. Н.В. Усенко»

(руководитель С.М. Шагарова,
воспитатель общежития),

победитель краевого конкурса
творческих работ из твёрдых бытовых отходов

в номинации «Креатив-находки»

Генеральный директор
КГБОУ ДО ХКРТДиЮ



Н.Ю. Бурая

Хабаровск
2017