**Содействие сохранению здоровья учащихся в рамках традиционного обучения и с применением дистанционных образовательных технологий**

**(из опыта работы муниципальной опорной площадки   
«Подросток и общество»)**

*Степанова Алиса Юрьевна, методист МБУДО ЦДОД*

На базе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей» действует муниципальная опорная площадка по работе с детьми группы социального риска под названием «Подросток и общество», в рамках которой проводятся мероприятия по приобщению школьников к ценностям здорового образа жизни.

Опорная площадка организует данное направление работы в системе, принимая участие в реализации плана мероприятий по профилактике безнадзорности, преступлений и правонарушений среди учащихся муниципальных образовательных организаций и внедрении типовой модели реализации программ вовлечения в систему дополнительного образования детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

В течение 2019/2020 учебного года в очном формате было проведено 16 мероприятий опорной площадки «Подросток и общество» для учащихся 20 общеобразовательных организаций города Тамбова с общим охватом – 407 человек, в том числе 6 мероприятий по пропаганде здорового образа жизни: познавательная программа «Выбор за тобой», проблемный стол «Умей сказать НЕТ», ЗОЖ-квест «НЕсупергерои», игра «Здоровое поколение», с охватом – 86 человек.

В работе используется светодинамический комплекс «Вредные привычки», в который входят интерактивные стенды «Алкоголь», «Курение» и «Наркомания», где размещена информация о вредном воздействии этих привычек на организм человека со световым и звуковым сопровождением.

Познавательная программа «Выбор за тобой» направлена на пропаганду здорового образа жизни и укрепление личностной мотивации к выбору такого образа жизни. Учащимся предоставляется информация о последствиях алко-, наркозависимости и табакокурения, а в качестве альтернативы обсуждается ряд полезных привычек – спорт, активный отдых, правильное питание, творческое хобби, – чтобы подчеркнуть возможность самостоятельного выбора.

Проблемный стол «Умей сказать НЕТ» проходит в несколько этапов: работа со стендом, дискуссия, тренинговые игры. Перед началом и после дискуссии организовано анкетирование: участники записывают свое мнение в таблице с четырьмя графами: «Я не употребляю, другие, если хотят, пусть травятся – это их личное дело», «Я не употребляю, никак с этим вопросом не связан, меня это не касается», «Приложу все усилия, чтобы мои близкие не стали наркоманами, наркотики – проблема, которая касается всех», «Наркоманов надо сажать, наркоторговцев – вешать». Как правило, вначале преобладает мнение «Меня это не касается». По итогам проблемного стола перевес мнений отмечается в графе «Приложу все усилия, чтобы мои близкие не стали наркоманами».

ЗОЖ-квест «НЕсупергерои» проходит в кабинете муниципальной опорной площадки в формате квест-комнаты. Участники знакомятся с историей трех известных супергероев (Железный человек, Тор и Капитан Америка), которые, будучи защитниками для всего человечества, теперь сами нуждаются в помощи. По цепочке спрятанных в комнате ключей-подсказок подростки разгадывают, у кого из героев возникла зависимость от сигарет, наркотиков или алкоголя, ищут возможные выходы из сложившейся ситуации для каждого персонажа.

В рамках игры «Здоровое поколение» участники прослушивают информацию светодинамического комплекса «Вредные привычки», угадывают, основываясь на своих знаниях, приведенные ведущим утверждения о вредных привычках – правда это или ложь, выполняют творческие задания, например, составляют пирамиду питания человека, выполняют упражнения утренней зарядки.

Все методические материалы размещаются на официальном сайте Центра дополнительного образования детей на странице муниципальной опорной площадки, а также на региональном портале «Подросток и общество». Методическая разработка проблемного стола «Умей сказать НЕТ» опубликована в Банке инновационных региональных программ, методов и технологий работы в сфере защиты прав детей.

В связи со сложившейся эпидемиологической ситуацией в стране и городе Тамбове с 6 апреля 2020 года образовательный процесс МБУДО ЦДОД перешел в дистанционный режим. Муниципальная опорная площадка «Подросток и общество» продолжила свою работу в официальном сообществе Центра дополнительного образования детей ВКонтакте (<https://vk.com/centr_tmb>). На странице ВКонтакте были размещены буклеты с рекомендациями для родителей, как выстроить отношения с подростками в условиях постоянного пребывания семьи дома и по профилактике коронавирусной инфекции. Дети и подростки смотрели видеоролики, разгадывали кроссворды, участвовали в марафонах и акциях на тему здорового образа жизни.

В 2020/2021 учебном году продлены ограничения на проведение массовых мероприятий, и деятельность муниципальной опорной площадки продолжена в дистанционном формате. Применяются такие формы работы как: онлайн- квест, игра, викторина, дискуссионный киноклуб. В начале учебного года 320 обучающихся МБУДО ЦДОД приняли участие во Всероссийской акции «Урок здоровья». Продолжена работа по размещению в сообществе ВКонтакте онлайн-викторин и марафонов на тему здорового образа жизни, где приняли участие 148 человек.

Основываясь на положительном опыте работы с подростками, в 2018 году была разработана модульная дополнительная общеобразовательная программа «Шаг вперед», которая реализована совместно с социальными партнерами – МАОУ СОШ №4 и 9, ТОГАПОУ «Тамбовский бизнес-колледж». С помощью интерактивных форм и методов работы, разнообразия учебного материала, мероприятия программы способствуют включению учащихся в различные виды социально значимой деятельности, развитию познавательной сферы, формированию мотивации здорового образа жизни и профориентации.

В 2019 году программа «Шаг вперед» была представлена на региональном конкурсе компетентностных тренингов и модульных образовательных программ, ориентированных на детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, и Всероссийском открытом конкурсе дополнительных общеобразовательных программ «Образовательный ОЛИМП», где заняла 2 место.

Также опыт муниципальной опорной площадки по созданию условий, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся был обобщен и представлен на областном конкурсе на лучшее реабилитационное пространство в образовательной организации для детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Коллектив авторов МБУДО ЦДОД награжден дипломом II степени.

В апреле 2020 года сценарий познавательной программы «Выбор за тобой» был представлен на Всероссийский интернет-конкурс по вопросам формирования ЗОЖ у обучающейся молодежи и занял 1 место.

Педагогические работники Центра регулярно повышают уровень профессиональной компетентности в сфере организации профилактической работы с учащимися группы риска в рамках курсов повышения квалификации и методических мероприятий различного уровня. Организовано межведомственное взаимодействие с заинтересованными структурами и учреждениями системы профилактики: комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при администрации города Тамбова, подразделение по делам несовершеннолетних отдела полиции №2 УМВД по городу Тамбову, управление по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Тамбовской области. Продуктивным было участие в мастер-классе от общественной организации «Всероссийское общество трезвости и здоровья».

Внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс, сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, – одна из главных задач современной образовательной организации. Мы будем продолжать деятельность в данном направлении и укреплять взаимодействие с нашими социальными партнерами.

**Список используемых источников:**

1. Завьялов А.Е. Проблемы формирования здорового образа жизни в среде молодежи / А.Е. Завьялов. – Текст : электронный // СИСТЕМНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И СОЦИОЛОГИЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ // Московский городской педагогический университет, 2015. – ISSN: 2223-6880. – № 13. – С. 104-110. URL: <http://www.systempsychology.ru/journal/2015-13/256-zavyalov-ae-problemy-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni-v-srede-molodezhi.html> (дата обращения: 20.10.2020).

2. Олейникова Л.Т. Дополнительное образование детей – потенциал воспитания / Л.Т. Олейникова. – Текст : электронный // Молодой ученый. – 2010. – № 1-2 (13). – Т. 2. – С. 282-287. – URL: https://moluch.ru/archive/13/1053/ (дата обращения: 23.10.2020).