

Управление образования Исполнительного комитета Нижнекамского
муниципального района РТ

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Материалы
муниципального семинара
**«Интерактивные формы
профилактики наркотизации»**

Январь, 2026 г.

Печатается по решению методического совета Дворца творчества детей и молодежи имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Составитель: Сафиуллина Л.И., методист первой квалификационной категории МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ, Юзмухаметова Ю.Н., педагог дополнительного образования МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Сборник материалов муниципального семинара «Интерактивные формы профилактики наркотизации» в рамках реализации Республиканского антинаркотического проекта «Самостоятельные дети» в образовательных организациях НМР РТ, – Нижнекамск: МБУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи имени И.Х. Садыкова» НМР РТ, 2026. – 30 с.

В данном сборнике представлены материалы муниципального семинара «Интерактивные формы профилактики наркотизации», проведенного в МБУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи имени И.Х. Садыкова» НМР РТ в январе 2026 года. В ходе семинара рассмотрены материалы из опыта работы педагогов по профилактике наркотизации и подготовки волонтеров в рамках проекта «Самостоятельные дети» и методические материалы, которые педагоги могут использовать в своей работе с обучающимися. Тексты и графические материалы приведены в авторской редакции.

Адресован руководителям, методистам, педагогам учреждений общего среднего и дополнительного образования детей, руководителям отрядов школьников, участников Республиканского антинаркотического проекта «Самостоятельные дети».

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
СЕКЦИЯ 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ В ПОМОЩЬ ПЕДАГОГУ	
Презентация «Самостоятельные дети», Ахмадуллина Э.Х.	5
Познавательная викторина «Жизнь без наркотиков», Бочкарева Е.П., Буздalова О.В.	6
Методическая разработка мероприятия «Мы выбираем ЗОЖ!», приуроченного международному дню борьбы с наркотиками (26 июня), Галлямова Р.В.	9
Здоровьесберегающие технологии с использованием сказок и рассказов формирования жизненного мира личности в контексте ценностей здорового образа жизни, Лебедева Т.В.	13
Информационный материал о различных аспектах профилактики наркотизации для педагога	18
СЕКЦИЯ 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ	
Сценарий спортивного праздника «Папа, мама, я — спортивная семья!», Галимова З.К.	24
Методы борьбы со стрессом, Гараева Г.Х.	26
Интерактивные формы работы по профилактике наркотизации в молодёжной среде. Рекомендации педагогам, Ворожцова Т.Н.	29
Методическая разработка Беседа «Здоровый образ жизни по Каюму Насыри» Нугманова И.М.	32
Занятия по пропаганде здорового образа жизни: «Мой выбор: путь к успеху», Павлова М.Г.	36
Беседа «Живи здорово – это здорово!», Ситдикова З.А.	41
Методическая разработка командной игры КВИЗ «Игры юных патриотов», Юзмухаметова Ю.Н.	45

ВВЕДЕНИЕ

Муниципальный семинар педагогических работников, реализующих Республиканский проект «Самостоятельные дети» «Интерактивные формы работы по профилактике наркотизации в молодежной среде» проводится МБУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи имени И.Х. Садыкова» при поддержке МБУ «Центр образования» НМР РТ и Центральной библиотеки имени Габдуллы Тукая.

Семинар призван содействовать распространению инновационного опыта педагогов по совершенствованию методического обеспечения работы по первичной профилактике в рамках привлечения подростков к волонтерской работе по пропаганде здорового образа жизни.

Цель семинара: Повышение квалификации педагогов, занимающихся профилактикой наркотизации и пропагандой ЗОЖ в рамках Республиканского антинаркотического проекта «Самостоятельные дети».

Задачи

- поиск, обобщение и внедрение в практику наиболее эффективных форм вовлечения учащихся в профилактическое волонтерское движение;
- повышение методической грамотности педагогов в сфере подготовки волонтеров, занимающихся профилактикой наркотизации и пропаганды ЗОЖ;
- развитие творческого потенциала и повышение профессионального мастерства педагогов.

В семинаре приняли участие педагоги дополнительного образования, педагоги-организаторы, методисты, классные руководители, а также педагоги, реализующие Республиканский антинаркотический проект «Самостоятельные дети» в образовательных организациях Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан.

В сборнике представлены материалы выступлений участников семинара.

Секция 1 «Методические материалы в помощь педагогу».

Секция 2 «Методические материалы из опыта работы педагогов»

Представленные материалы призваны оказать методическую помощь педагогам в работе с обучающимися: проведение занятий, мероприятий и т.д.



СЕКЦИЯ 1 «МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ В ПОМОЩЬ ПЕДАГОГУ»

ПРЕЗЕНТАЦИЯ «САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ДЕТИ»

Ахмадуллина Э.Х.,
социальный педагог
МБОУ «Лицей № 35» НМР РТ

Презентация на тему «Самостоятельные дети» разработана в целях повышения эффективности воспитательной работы с обучающимися, которые находятся на особом внимании специалистов воспитания и относятся к «группе риска».

Презентация может быть использована для проведения классных часов, тематических занятий, индивидуальных бесед с детьми.

<p>Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей №35» Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан</p> <hr/> <p>Тема: «Самостоятельные дети»</p> <p>Подготовила : Социальный педагог МБОУ Лицей № 35 Ахмадуллина Э.Х.</p>	<p>Что такое учебная самостоятельность?</p> <p>Учебная самостоятельность-способность ученика:</p> <ul style="list-style-type: none">- ставить учебные цели;- планировать действия;- выбирать способы решения задач;- контролировать и оценивать результат.
<p>Самостоятельный ученик:</p> <ul style="list-style-type: none">-лучше усваивает материал;- увереннее чувствует себя на уроках;- легче адаптируется к новым задачам;-готов к самообразованию в будущем. <p>Для школы: повышение качества обучения, снижение нагрузки на учителя.</p> <p>Для семьи: меньше конфликтов из-за домашних заданий.</p>	<p>Этапы развития:</p> <p>1–2 класс: выполнение простых поручений, режим дня.</p> <p>3–4 класс: планирование времени, самоконтроль при проверке заданий.</p> <p>5–9 класс: поиск информации, проектная деятельность, самооценка.</p> <p>10–11 класс: целеполагание, подготовка к экзаменам, профессиональное самоопределение.</p>
<p>Что мешает самостоятельности?</p> <p>Чрезмерный контроль родителей/учителей. Страх ошибки (критика за неудачи). Нехватка времени на осмысление задания. Отсутствие привычки планировать действия. Низкая мотивация («Это неинтересно»).</p> 	<p>Как помочь школьнику?</p> <p>Учителям:</p> <ul style="list-style-type: none">-давать выбор заданий (по уровню сложности);-учить составлять план работы;-использовать самопроверку и взаимопроверку;-хвалить за усилия, а не только за результат. <p>Родителям:</p> <ul style="list-style-type: none">не делать задания за ребёнка;обсуждать цели («Зачем это нужно?»);помогать организовывать рабочее место;поощрять инициативу. 

Практические приёмы

«5 минут на планирование» — перед началом работы ученик записывает:
что нужно сделать;
сколько времени займёт;
какие ресурсы понадобятся.
«Чек-лист» — список шагов для выполнения задания.
«Дневник успехов» — запись достижений за неделю.
Ролевые игры («Я — учитель», «Эксперт»).



Ошибки взрослых:

«Сделаю быстрее сам» — лишает ребёнка опыта.
«Ты должен получить „5“» — фокусирует на оценке, а не на процессе.
«У всех получается, а ты...» — снижает самооценку.
«Это легко, почему ты не понимаешь?» — игнорирует индивидуальные трудности.



Самостоятельность — это навык, который:

формируется постепенно;
требует партнёрства школы и семьи;
становится основой для успеха в жизни.
Главное: не «сделать за», а «научить делать самому».

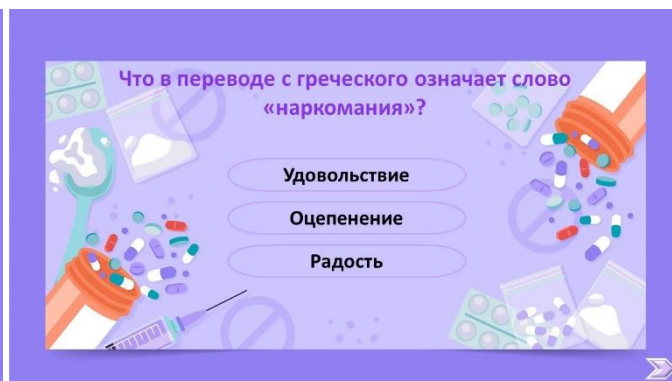


Ссылка на презентацию: <https://cloud.mail.ru/public/z9AL/EqkdoXJBТ>

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ВИКТОРИНА «ЖИЗНЬ БЕЗ НАРКОТИКОВ»

Бочкарева Е.П., педагог-организатор,
Буздалова О.В., педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ДТДиМ им. И.Х.Садыкова» НМР РТ

Презентация может быть использована как часть мероприятия, классного часа или как отдельное внеклассное мероприятие с учащимися старше 14 лет. Ввиду специфики содержания для младших школьников данная презентация использоваться не может.



По мнению врачей, наркомания — это болезнь, но без одной стадии. Без какой?

- Заболевание
- Возобновление болезни после выздоровления
- Выздоровление

Через какой промежуток после употребления первой дозы наркотика человек становится наркоманом?

- 2-3 месяца
- 6-12 месяцев
- 12-18 месяцев

Сколько в среднем живёт наркоман с начала употребления им наркотиков?

- 2-3 года
- 7-8 лет
- 12-15 лет

В России средний возраст лиц, погибших от передозировок наркотиками, составляет...

- 45-55 лет
- 35-45 лет
- 25-35 лет

Один из самых опасных наркотиков, который серьёзно и на продолжительное время повреждает нервную систему

- Экстази
- Маригуана
- Маковая соломка

Какой путь употребления наркотических веществ наиболее опасен для заражения ВИЧ и СПИДом?

- Вдыхание паров
- Внутривенное введение
- Курение

Люди, которые распространяют или хранят у себя наркотики, ...

- Не наказываются
- Несут административную ответственность
- Несут уголовную ответственность

Статья 228 УК РФ за незаконное приобретение, хранение, перевозку или сбыт наркотических веществ наказывается лишением свободы на срок максимум до...

- 15 лет с выплатой штрафа
- 9 лет с выплатой штрафа
- 5 лет с выплатой штрафа

Какой наркотик вызывает зависимость почти мгновенно?

- Героин
- Кокаин
- Марижуана

Существуют слабые и безопасные наркотики. Правда или миф?

Правда. Есть наркотики, которые не оказывают вреда

Миф. Все наркотики наносят вред здоровью

Каких насекомых можно натренировать искать запрещённые вещества по запаху?

- Муравьёв
- Пчёл
- Тараканов

Какое растение с психоактивными свойствами стало первым, упоминаемым в истории?

- Конопля
- Мак
- Кокаиновый куст

В начале XX в. в России этот наркотик можно было легально купить в аптеке. Он сделался обязательным атрибутом богемы. О каком наркотики А. Вертинский писал: "... он был проклятием нашей молодости"?

- Опиум
- Гашиш
- Кокаин

Главная причина употребления наркотиков

- Любопытство
- Подражание
- Скука

Что повсеместно применяется для вовлечения подростков в наркотический омут?

- Первая проба бесплатно
- Наркоторговцы уверяют подростков, что те будут смотреться круто в глазах сверстников
- Низкие цены для подростков

Ссылка на презентацию: <https://cloud.mail.ru/public/vQ9H/5Khnsu7P6>

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА МЕРОПРИЯТИЯ «МЫ ВЫБИРАЕМ ЗОЖ!», ПРИУРОЧЕННОГО МЕЖДУНАРОДНОМУ ДНЮ БОРЬБЫ С НАРКОТИКАМИ (26 ИЮНЯ)

Галлямова Р.В., методист
МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Пояснительная записка

Мероприятие «Мы выбираем ЗОЖ!» предназначено для проведения с учащимися начальных классов в летнем пришкольном лагере. Мероприятие посвящено Международному дню борьбы с наркотиками (26 июня) и призвано сформировать у учащихся ценностное отношение к здоровью, мотивацию к ведению здорового образа жизни, но можно не привязывать мероприятие к этой дате, а просто повести весёлую, активную игру на свежем воздухе.

Это командная игра-бегалка, в которой дети могут проявить свои интеллектуальные и творческие способности, развить коммуникативные навыки и умение работать в команде. Игра укрепляет детей физически, заряжает бодростью и хорошим настроением.

Для проведения игры необходимо детей заранее поделить на 4-6 команд с равным количеством человек и девочек/мальчиков. Команды придумывают себе весёлое спортивное название. Детей нужно заранее предупредить, чтобы пришли в удобной одежде и спортивной обуви.

Организаторами мероприятия могут выступить подростки, участники Республиканского антинаркотического проекта «Самостоятельные дети».

Для проведения игры необходимы двое ведущих из числа педагогов, педагогов-организаторов или учащихся-старшеклассников. По количеству команд необходимо подготовить маршрутные листы, распределив станции так, чтобы команды не сталкивались во время их прохождения. На станциях должны стоять, давать командам задания и контролировать их выполнение подготовленные педагоги или старшеклассники-активисты. За выполнение задания командам выставляются баллы от 1 до 5.

Также необходимо подготовить музыкальную аппаратуру для творческого номера и проведения флешмоба.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:

Организационный момент – построение детей по командам

1 ВЕДУЩИЙ: Добрый день, дорогие друзья! Вас приветствует танцевальный коллектив «Шанс»

Танцевальный номер

2 ВЕДУЩИЙ: Здравствуйте, ребята!

Я говорю вам, здравствуйте, а это значит, что я вам всем желаю здоровья!

Здоровье – это не просто отсутствие болезней, это состояние физического, психического и социального благополучия. Чтобы быть здоровым, надо вести здоровый образ жизни – ЗОЖ.

Здоровье – это ценность и богатство,
Здоровьем людям надо дорожить!
Есть правильно и спортом заниматься,
И закаляться, и с зарядкою дружить.

1 ВЕДУЩИЙ: Здоровый образ жизни – это сила!

Ведь без здоровья в жизни никуда.

Давайте вместе будем сильны и красивы

Тогда года нам будут не беда!

А теперь поиграем в игру-кричалку «Режим дня». Слушайте внимательно и все вместе дружно добавляйте нужное слово:

(Ведущие читают по очереди)

- Стать здоровым ты решил

Значит, выполняй ...**(режим)**

- Утром в семь звенит настырно

Наш весёлый друг ...**(будильник)**

- На зарядку встала вся

Наша дружная...**(семья)**

- Режим, конечно, не нарушу-

Я моюсь под холодным ... **(душом)**

- После душа и зарядки

Ждёт меня горячий ...**(завтрак)**

- После завтрака, друзья,

В школу я бегу ...**(всегда)**

- После обеда можно поспать,

А можно во дворе...**(играть).**

- Вечером у нас веселье,

В руки мы берём гантели,

С папой спортом ...**(занимаемся),**

Маме нашей ...**(улыбаемся).**

- Но смотрит к нам в окно луна

Значит, спать уже ...**(пора)**

- Я бегу скорей под душ,

Мою и глаза, и ...**(уши)**

- Ждёт меня моя кровать,

Спокойной ночи, надо...**(спать)**

Молодцы, сразу видно, с режимом дружите!

1 ВЕДУЩИЙ: Ребята, сегодня, 26 июня, международный день борьбы с наркотиками. К сожалению, это стало очень актуальной проблемой в современном мире.

2 ВЕДУЩИЙ: Особенно страдает молодёжь и подростки. Вся проблема в том, что наркоманы не доживают до зрелого возраста. Средняя продолжительность жизни наркомана - 30-35 лет, потому что наркотики полностью разрушают организм, психику и личность человека.

1 ВЕДУЩИЙ: Для того, чтобы показать, что мы – против наркотиков, мы выбираем здоровый образ жизни, предлагаю вам посоревноваться.

У нас 6 команд по 8 человек, которые выбрали себе спортивные, позитивные названия.

Переключка, приветствие команд

Вас ждёт 6 станций, где вы покажете свои знания о спорте, здоровом образе жизни, смекалку и командный дух.

2 ВЕДУЩИЙ: Вас ждут станции:

«НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ»

«БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!» (ВИКТОРИНА)

«БЫСТРЫЕ И ЛОВКИЕ»

«СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА»

«СПОРТ - НАШ ЛУЧШИЙ ДРУГ»

«НАВЕДИ ПОРЯДОК НА ПЛАНЕТЕ!»

1 ВЕДУЩИЙ: Каждая команда получит свой маршрутный лист. На станциях вас ждут наши ребята-помощники. Они дадут вам задания, которые команда должна будет дружно выполнить. За прохождение станций вы будете получать баллы.

2 ВЕДУЩИЙ: Побеждает та команда, которая быстрее всех пройдёт все станции и правильно выполнит задания.

Все команды начинают прохождение одновременно по команде. Но сначала необходимо получить маршрутные листы.

Вручение маршрутных листов

1 ВЕДУЩИЙ: Команды, на старт, внимание, марш!

Прохождение командами станций

ЗАДАНИЯ НА СТАНЦИЯХ

1 СТАНЦИЯ «НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ»

Закончить пословицы:

В здоровом теле – (здоровый дух.)

Здоровье сгубишь – (новое не купишь.)

Чистота – (залог здоровья).

Солнце, воздух и вода – (наши лучшие друзья.)

Где здоровье, (там и красота.)

Пешком ходить — (долго жить.)

Радость и труд (здоровье берегут.)

2 СТАНЦИЯ «БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!»

Командам задаются вопросы:

1)Что на свете дороже всего? Его не купишь ни за какие деньги.
(здоровье)

2) Для хорошего самочувствия человеку необходимо в день 2-3 литра этого вещества? (вода)

3)Кто такие «моржи»? (Люди, купающиеся зимой в проруби).

4) В чём больше всего витаминов? (Фрукты, ягоды, овощи)

4) Сколько часов нужно спать детям? (8-10)

5) Как называется ледовая площадка? (каток)

- 6) В какое время года лучше всего начинать закаляться? (**летом**)
- 7) В этом состоянии люди проводят 6-10 часов в день. Оно полезно и необходимо. Что это? (**сон**)
- 8) Как называется вода, которая содержит в своем составе много полезных веществ. Не зря ее называют «живой водой». Что это за вода? (**минеральная**).
- 9) Как называется рациональное распределение времени работы и отдыха? (**режим дня**)
- 10) Что стремится установить спортсмен? (**рекорд**)

3 СТАНЦИЯ «БЫСТРЫЕ И ЛОВКИЕ»

Детям даётся задание - подбросить мяч и успеть выполнить задание, пока они его не поймали:

- 1) Хлопнуть в ладоши 2 раза
- 2) Назвать своё имя (*Меня зовут ...*)
- 3) Повернуться вокруг себя
- 4) Присесть 2 раза
- 5) 2 раза подпрыгнуть
- 6) Посчитать до 5
- 7) Поменяться местами с соседом (**задание для двоих**)

4 СТАНЦИЯ «СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА»

В спорте главное – это дисциплина, тренировка и точность выполнения упражнений и команд. Я буду давать команды, а вы их будете выполнять всей командой. Оценивается точность и синхронность исполнения задания.

Ведущий даёт команды: «**Равняйся!**», «**Смирно!**», «**Налево!**», «**Направо!**», «**Кругом!**», «**На месте шагом марш!**», «**Стой, раз-два.**

5 СТАНЦИЯ «СПОРТ – НАШ ЛУЧШИЙ ДРУГ»

Назовите вид спорта, в котором используется этот предмет:

- | | |
|------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1) воланчик (бадминтон); | 2) клюшка (хоккей); |
| 3) обруч (гимнастика); | 4) коньки (фигурное катание, хоккей); |
| 5) ракетка (теннис, бадминтон); | 6) штанга (тяжелая атлетика); |
| 7) сетка (волейбол); | 8) камни (кёрлинг); |
| 9) перчатки (бокс); | 10) шест (прыжки с шестом). |

6 СТАНЦИЯ «НАВЕДИ ПОРЯДОК НА ПЛАНЕТЕ»

Ведущий разбрасывает определённое количество «мусора» (скомканные бумажки) и даёт задание команде – навести порядок на планете. Команда должна собрать весь мусор (по количеству бумажек)

После прохождения всех станций команды сдают маршрутные листы ведущему.

Подсчёт баллов, подведение итогов, вручение грамот, призов

2 ВЕДУЩИЙ: Не забывайте, что здоровье-это главное богатство и его надо беречь. Желаем вам хороших летних каникул, не болейте и набирайтесь сил.

1 ВЕДУЩИЙ: Ребята, помните, движение-это жизнь! Приглашаем всех принять участие в танцевальном флешмобе «Танцуй ради жизни».

ФЛЕШМОБ

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СКАЗОК И РАССКАЗОВ ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕННОГО МИРА ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Лебедева Т.В., педагог-психолог
МАОУ «Нижекамская школа - интернат «Надежда»
для детей с ограниченными возможностями здоровья» НМР РТ

Художественные произведения являются одной из форм, посредством которой происходит социализация в различные возрастные периоды. Она входит в жизнь человека с самого раннего возраста и сопровождает на протяжении всей жизни; с нее начинается знакомство и с миром человеческих взаимоотношений, и со всем окружающим миром в целом. Здоровье – самая важная ценность в жизни человека. «Береги здоровье смолоду...» гласит русская народная пословица. Оздоровление организма средствами сказкотерапии доступно всем поскольку не связано со значительными затратами времени и материальных ресурсов, а значит, знания о том, как заниматься оздоровлением, необходимо всем. Метод сказкотерапии направлен на развитие эмоционально-волевой сферы ребенка, повышение детской самооценки, увеличение словарного запаса детей, на развитие их воображения и мышления. Он имеет многовековую историю, но свое название получил совсем недавно. Наверное, нет такого психологического, психотерапевтического, педагогического направления, которое обошлось бы без использования сказки.

Катастрофическое состояние здоровья детей требует систематической работы по здоровьесбережению, оптимальному использованию материального, интеллектуального, творческого ресурсов дошкольного учреждения.

Здоровьесбережение – это важнейшая составляющая часть педагогического процесса гуманного типа, являющегося олицетворением нового века и нового тысячелетия.

Цель здоровьесберегающего педагогического процесса – обеспечить ребенку высокий уровень здоровья, вооружив его багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. В связи с этим возникает потребность внедрения здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательный процесс.

Выделяются три группы здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

3. Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

Лечение сказкой – разве такое возможно? Еще как! На протяжении тысячелетий народы мира при помощи сказок прививали детям уважение к людям, доброту, отзывчивость, искренность, предприимчивость и другие прекрасные качества, которые ценятся и в наши дни. Изучив влияние фольклорной и литературной сказки на восприятие детей, ее стал применять в психотерапии Милтон Эриксон, а в 90-е годы 20 века сказкотерапия для детей появилась в России. Сказки любят не только дети, но и взрослые. Если бы это было не так, разве стали бы они смотреть по нескольку раз многочасовую сагу о Властелине колец или все части «Крепкого орешка»? Всем хочется, чтобы добро побеждало, а зло было наказано. В жизни так бывает далеко не всегда. Особенно остро трагические события и несправедливость переживают дети. Жестокость внешнего мира искажает личность ребенка, и традиционными методами помочь ему бывает очень трудно. Зато «сотворить чудо» может сказкотерапия.

Основные возможности сказкотерапии заключаются в следующем: интеграция личности, развитие творческих способностей и адаптивных навыков, совершенствование способов взаимодействия с окружающим миром, а также обучение, диагностика и коррекция.

Несмотря на то, что художественные произведения практически не имеют возрастных ограничений, и множество разработок адресовано детям и взрослым, основное внимание уделяется работе с различными категориями детей. В частности, посредством произведений можно работать с агрессивными, неуверенными, застенчивыми, с проблемами здоровья, тревожными детьми; с проблемами стыда, вины, лжи и т.д.

Кроме того, процесс художественных произведений позволяет школьнику осознать свои проблемы, а также увидеть различные пути их решения. Коррекционные произведения создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего. Ведь ещё наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказывать провинившегося ребенка, а рассказывали ему сказку, из которой становился ясным смысл поступка. Художественные произведения служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни.

Художественные произведения подбираются разные: рассказы, метафоры, басни и притчи, русские народные сказки, авторские, дидактические, специально разработанные коррекционные и многие другие.

Привлекательность произведений для коррекции недостатков личностного развития и поведения детей заключается в следующем:

- в сюжетах встречаются ситуации и проблемы, которые переживает каждый ребенок: необходимость выбора, взаимопомощь, борьба добра со злом;
- главный герой — образ собирательный, и ребенок достаточно легко идентифицирует себя с ним, становится участником сказочных событий;

- в художественных произведениях, как правило, представлено множество моделей поведения в различных ситуациях, которые ребенок имеет возможность «прожить», эмоционально переработать, «присвоить» и перенести в реальную жизнь.

Коррекционные сказкотерапия составляются в чем-то идентично проблеме ребенка, но, ни в коем случае они не должны иметь с ней прямого сходства. Произведения должны предлагать замещающий опыт, используя который ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы здоровьесбережения. Либо в этом должен помочь педагог.

Сюжет должен разворачиваться в определенной последовательности:

Жили-были. Давным-давно. Начало произведения

И вдруг однажды Герой сталкивается с какой-то проблемой, конфликтом, совпадающей с проблемой ребенка.

Из-за этого... Показать, что может случиться если так поступить.

Кульминация Показано в чем состоит решение проблемы, и как это делают герои сказки.

Развязка Должна быть позитивной.

Мораль сказки... Герои произведения извлекают уроки из своих действий. Их жизнь радикально изменяется.

Для создания коррекционного произведения можно использовать следующий алгоритм:

- а) В первую очередь подобрать героя, близкого ребенку по полу, возрасту, характеру.
- б) Потом описать жизнь героя в стране так, чтобы ребенок нашел сходство со своей жизнью.
- в) Далее поместить героя в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка, и приписать герою все переживания ребенка.
- г) Поиск героем сказки выхода из создавшегося положения.

Для этого необходимо начинать усугублять ситуацию, приводить ее к логическому концу, что также подталкивает героя к изменениям. Герой встречает «фигуру педагога» — мудрого наставника, объясняющего ему смысл происходящего и т.д.

Задача педагога — через произведение события показать герою ситуацию с разных сторон, предложить ему альтернативные модели поведения, помочь найти позитивный смысл в происходящем.

д) Осознание героем своего неправильного поведения и становление на путь изменений.

Коррекционные произведения можно просто прочитать ребенку, не обсуждая. Таким образом, мы дадим ему возможность побыть наедине с самим собой и подумать. Если учащийся захочет, то можно обсудить с ним произведение.

—Нужно задавать вопросы, про самих героев, их поведения.

—Обсудить, что произошло, с кем поссорился, как они себя чувствовали?

—Показать эмоциональные состояния героев.

—Найти причину, почему так произошло?

—Обсудить того, кто помог ему понять, как правильно выйти из этой проблемы.

—И как поступил герой, что с ним произошло после исправления ошибки.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОО; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов и родителей детей.

Формы работы с произведениями также многоцветны и разнообразны, как сама жизнь. Абсолютно всё, что нас окружает, может быть описано языком произведений. Если педагоги смогут правильно использовать все возможности произведений, то окажут детям неоценимую помощь. Здесь пример произведений и формы работы с ними.

Коррекционные сказки.

Сказка про ёжика Алешку и здоровый образ жизни

Жил-был ежик по имени Алешка. Алешка не любил подвижные игры. Он был застенчив перед ребятами, и капризный с родителями. Он не ел фруктов и овощей, и из-за этого рос неспортивным. Однажды Алешка был в плохом настроении, он получил в школе два по контрольному изложению. Алешка лежал в кровати и сердито смотрел в потолок. Тут кто-то постучал в дверь. Алешка сердито сказал: «Заходите». К нему зашла мама. Она показала ему письмо от его лучшего друга Сашки. Сашка был крепким мальчиком, ел много и съедал все фрукты и овощи. Он написал Алешке сказку собственного сочинения про мышку. Сказка была такова:

«Была на свете мышка. Звали ее Аринка. Она вела здоровый образ жизни и была послушной. Пошла как-то Аринка на речку купаться. Она вошла в воду и начала плавать. Когда она вышла из воды и начала обсыхать, она услышала писк - «Спасите!». Аринка сразу побежала на голос и увидела страшную картину. Кот пытался вытащить из норки толстенького хомячка. Аринка взяла шишки и стала кидать ими в кота. Кот испугался и убежал. А Аринка и хомячок стали лучшими друзьями и всегда гуляли вместе, выручая друг друга из беды».

Алешка встал с кровати и пошел просить у мамы на обед рагу из овощей. Мама была очень удивлена поведением Алешки и конечно сразу согласилась сделать рагу на обед. Алешка, съев рагу сказал, что в жизни ничего вкуснее не ел, и хочет добавки. После того как он съел и добавку, он схватил мяч и побежал играть с другими ежиками в футбол. Мама была настолько удивлена, что через день подарила Алешке велосипед. Алешка научился хорошо кататься и занял первое место в соревнованиях по школе между велосипедистами. Скоро началась школьная пора. С Алешкой стал дружить весь класс, именно из-за того, что он стал играть в подвижные игры и всегда был лучшим. Алешку заметил учитель физкультуры и посылал его на соревнования.

Алешка стал ходить в специальную секцию для футболистов и показывал там высокие результаты. Именно так изменило Алешкину жизнь простое решение заняться подвижными играми.

Я думаю, эта сказка поможет и некоторым ребятам, которые примут решение подружиться со здоровым образом жизни и станут более спортивными.

Литература

1. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях/ Л.Н. Антонова, Т.И. Шульга, К.Г. Эрдынеева. - М.: Изд-во МГОУ, 2004.-100с.
2. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.-2005.-№10.- С.84-92.
3. *Бетенски М.* Что ты видишь? Новые методы арт-терапии. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2002.
4. *Выготский Л.С.* Психология искусства / Предисл. А.Н. Леонтьева; ред. В. Иванов. — М.: Искусство, 1968.
5. *Лебедева Л.Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н.А.* Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. — СПб.: Речь, 2006.
6. *Роджерс Н.* Путь к целостности: человеко-центрированная терапия на основе экспрессивных искусств. — Alien Art Studio, 1997.
7. *Хульбут Г.* Укрощение бури: интермодальная арт-терапия в качестве инструмента преодоления чувств гнева и стыда у перенесших эмоциональные травмы пациентов.

ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ О РАЗЛИЧНЫХ АСПЕКТАХ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОТИЗАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГА

Примерный алгоритм действий лица (в том числе несовершеннолетнего), ставшего свидетелем преступления или располагающего сведениями о готовящемся преступлении в сфере распространения наркотиков

Это очень важная и ответственная тема. Поскольку ситуация может быть опасной, алгоритм действий должен быть четким и направленным на сохранение жизни и здоровья свидетеля, а также на пресечение преступления.

Ваша задача — не поймать преступника, а передать информацию тем, кто имеет на это право и возможности. Люди, распространяющие наркотики, часто вооружены, агрессивны и действуют в составе организованных групп. Ваша безопасность — приоритет номер один.

Алгоритм действий

Шаг 1: Оцените ситуацию и обеспечьте свою безопасность

• **Если вы стали свидетелем преступления** (например, «закладки», продажи, приготовления наркотиков):

○ **Не привлекайте к себе внимание.** Не рассматривайте преступников в упор, не делайте селфи на их фоне, не пытайтесь их задержать или читать нотации.

○ Отойдите как можно дальше и незаметнее. Найдите безопасное людное место.

• **Если вы располагаете информацией о готовящемся преступлении** (например, увидели объявление о «работе курьером», нашли тайник с расфасованными веществами, услышали разговоры о планах):

○ Не трогайте ничего руками (особенно пакеты, свертки, «закладки»). На них могут быть отпечатки пальцев, а содержимое может быть опасным для здоровья.

○ Зафиксируйте информацию в памяти.

Шаг 2: Запомните ключевые детали

Чем точнее будет ваша информация, тем эффективнее сработают правоохранительные органы. Постарайтесь запомнить (а если безопасно — незаметно записать в заметки телефона):

1. **Приметы преступников:** пол, примерный возраст, рост, телосложение, одежда, обувь, особые приметы (татуировки, шрамы, хромота).

2. **Транспорт:** марка, цвет, номер автомобиля (или хотя бы часть номера, например, последние цифры или регион), направление движения.

3. **Место:** точный адрес или ориентиры (например, «за домом № 5 по улице Ленина, возле третьего подъезда, в кустах»). Если это «закладка» — опишите место максимально подробно (у конкретного дерева, столба, под определенной ступенькой).

4. **Время:** когда это произошло или должно произойти.

5. **Суть:** что именно вы видели (процесс продажи, закапывание свертка, передача пакета и т.д.).

Шаг 3: Куда сообщить (для несовершеннолетних и взрослых)

Сообщить о преступлении можно несколькими способами. Выберите самый удобный и безопасный для вас.

1. **Позвонить в полицию:**

- **02** со стационарного телефона.
- **102** с мобильного телефона (работает даже при отрицательном балансе и без сим-карты).
- **112** — единый номер службы спасения (звонок возможен при любых условиях). Оператор соединит вас с полицией.
- **Говорите спокойно и четко.** Сообщите диспетчеру: что случилось, где, когда. Назовите свои данные (если вы несовершеннолетний, можно сказать «мне 14 лет» и т.д.). Анонимные сообщения тоже принимаются, но они могут проверяться дольше.

2. **Обратиться к взрослым (для детей и подростков):**

- Немедленно расскажите обо всем **родителям, опекунам или родственникам.**
- Если родителей нет рядом, сообщите **учителю, классному руководителю, школьному психологу или охране в школе.**
- Взрослые помогут вам правильно оценить ситуацию и свяжутся с полицией, обеспечив вашу защиту.

3. **Сообщить анонимно по телефону доверия:**

- Во многих регионах есть «телефоны доверия» Управления по контролю за оборотом наркотиков (УНК) МВД. Номер можно найти в интернете, набрав запрос «телефон доверия УНК [название вашего города]».
- Это анонимный звонок, вас не будут спрашивать имя и адрес.

4. **Написать сообщение через официальные онлайн-приемные:**

- На официальных сайтах МВД вашего региона есть разделы для приема обращений. Можно отправить электронное письмо.

Что делать категорически нельзя:

• **Не вступайте в диалог с распространителями.** Не угрожайте им, не шантажируйте, не пытайтесь договориться.

• **Не берите в руки наркотики.** Даже если вам кажется, что вы просто хотите передать их полиции. На вас останутся следы вещества и ваши отпечатки пальцев, что может обернуться против вас.

• **Не привлекайте толпу.** Не кричите «Держите вора!», если преступник рядом — это может спровоцировать агрессию с его стороны.

• **Не распространяйте информацию в соцсетях.** Не выкладывайте фото подозреваемых или места «закладки» до того, как там поработает полиция. Вы можете спугнуть преступников, и они уничтожат улики.

Краткий алгоритм для запоминания:

1. **Отошел** — на безопасное расстояние.
2. **Запомнил** — приметы, место, время.
3. **Сообщил** — родителям, учителю или в полицию (02/102/112).

Помните: сообщив о готовящемся или совершенном преступлении, вы спасаете множество жизней, особенно тех, кто мог бы стать жертвой наркотиков (ваших сверстников, друзей, знакомых). Вы поступаете правильно и законно.

Действия педагога, получившего информацию о наркопреступлении от несовершеннолетнего

Это исключительно важный алгоритм, так как педагог (учитель, классный руководитель, психолог, охранник) становится связующим звеном между ребенком и правоохранительной системой. От его действий зависит не только раскрытие преступления, но и безопасность самого ребенка.

Этап 1: Первичный контакт и фиксация информации (Психолого-педагогический)

Когда ребенок пришел к вам с такой информацией, он, скорее всего, напуган. Ваша задача — успокоить его и грамотно задокументировать разговор, чтобы в будущем у ребенка не было проблем, а информация не была потеряна.

1. Обеспечьте конфиденциальность и спокойную обстановку.

* Пригласите ребенка поговорить в отдельный кабинет (класс, учительскую, кабинет психолога), где вас никто не прервет и не подслушает.

* Говорите спокойным, доброжелательным тоном. Дайте понять ребенку, что он поступил правильно, обратившись к вам.

Важно: Не запугивайте ребенка и не устраивайте допрос с пристрастием.

2. Выслушайте и зафиксируйте.

* Внимательно выслушайте рассказ. Задавайте уточняющие вопросы: «Где это было?», «Когда?», «Как выглядели люди?», «Что именно ты видел?».

* Обязательно сделайте письменные заметки. Запишите дату и время беседы. Зафиксируйте со слов ребенка максимум деталей (ориентиры, приметы, время).

* Спросите: Кому еще ребенок рассказывал об этом? Рассказывал ли он родителям?

3. Разграничьте ответственность.

* Четко объясните ребенку, что он молодец, но теперь нужно подключить взрослых, которые знают, что делать дальше (полицию, родителей).

* Скажите фразу: «Ты все правильно сделал, что рассказал мне. Теперь я как твой педагог обязан сообщить об этом твоим родителям и специальным людям, которые ловят преступников. Это нужно, чтобы защитить тебя и других людей».

Этап 2: Информирование администрации и родителей (Организационный)

Педагог не имеет права единолично принимать решение о вызове полиции, не поставив в известность администрацию школы и законных представителей ребенка (за исключением случаев, когда родители в сговоре или их местонахождение неизвестно, но это решается через органы опеки).

1. Сообщите директору школы (или завучу).

* Немедленно поставьте в известность руководство образовательного учреждения. Директор (или ответственный за безопасность) координирует дальнейшие действия и взаимодействие с правоохранительными органами.

* Передайте руководству свои записи и устную информацию.

2. Свяжитесь с родителями (законными представителями).

* Педагог (или директор) обязан вызвать родителей в школу или связаться с ними по телефону.

* Сообщите родителям суть произошедшего, не вдаваясь в излишние подробности при свидетелях. Скажите: «Ваш ребенок стал свидетелем серьезной ситуации и сообщил об этом. Мы сейчас будем разбираться с этим вопросом вместе с компетентными органами. Вам нужно приехать (или мы ждем вас)».

* Важно: До приезда родителей и полиции не оставляйте ребенка одного, но и не держите его "взаперти".

Этап 3: Взаимодействие с правоохранительными органами (Юридический)

После того, как информация ушла "наверх", действия педагога корректируются администрацией и прибывшими сотрудниками.

1. Вызов полиции.

* Вызов полиции осуществляет либо директор школы, либо сам педагог с санкции директора.

* Звонок производится по номерам **02, 102 или 112**.

* Диспетчеру сообщаются вводные: "Я (ФИО, должность) из школы номер ... Ко мне обратился несовершеннолетний ученик, который сообщает о готовящемся/совершенном преступлении в сфере незаконного оборота наркотиков. Просим направить сотрудников ПДН и оперуполномоченных".

2. Участие в опросе.

* Когда приедут сотрудники полиции (скорее всего, это будут инспектор по делам несовершеннолетних и оперуполномоченный уголовного розыска), педагог должен присутствовать при беседе с ребенком (если это происходит в школе).

* ****Права ребенка:**** Помните, что опрос несовершеннолетнего до 14 лет проводится в присутствии педагога или психолога (это вы), с 14 до 16 лет — по усмотрению следователя, но желательно с участием педагога. ****Обязательно**** присутствие законных представителей (родителей).

* ****Задача педагога:**** Следить за психологическим состоянием ребенка, помогать формулировать вопросы понятно для ребенка, не допускать давления.

* Если родители еще не подъехали, дождитесь их вместе с ребенком.

3. Передача имеющихся материалов.

* Передайте сотруднику полиции свои записи (если они требуются) или продублируйте информацию устно.

* Если ребенок что-то принес с собой (например, нашел подозрительный сверток), ****ни в коем случае не берите его в руки****. Скажите ребенку, чтобы он ничего не трогал, и сообщите об этом полиции. Предметы передаются только в перчатках и процессуально.

Чего педагогу делать нельзя:

1. Нельзя скрывать информацию. Даже если кажется, что ребенок что-то придумал или "это не наша школа". Сообщить о потенциальной угрозе — ваша обязанность.

2. Нельзя проводить собственное "расследование". Не ходите смотреть на место "закладки" с ребенком, не ищите наркотики по подвалам, не вызывайте "на ковер" подозреваемых учеников. Это опасно и незаконно.

3. Нельзя обещать ребенку, что "никто не узнает". Вы обязаны сообщить родителям и администрации. Лучше честно сказать: "Я должен рассказать об этом твоим родителям, потому что мы одна команда и должны тебя защитить".

4. Нельзя распространять информацию. Не обсуждайте случившееся с другими учителями, с учениками в столовой или в соцсетях. Это конфиденциальная информация, разглашение которой может навредить следствию и самому ребенку.

Краткий чек-лист для педагога:

1. ****Выслушал**** ребенка, записал детали.
2. ****Успокоил**** ребенка, объяснил дальнейшие шаги.
3. ****Доложил**** директору школы.
4. ****Вызвал**** (или уведомил) родителей.
5. ****Вызвал**** полицию (через администрацию или самостоятельно).
6. ****Обеспечил**** присутствие при опросе и психологическую поддержку ребенку.

Список информационных ресурсов, содержащих видео материал по профилактике различных зависимостей

Ссылка на ресурс	название	Краткое описание
https://obshee-delo.ru/video/	Сайт общероссийской общественной организации «Общее дело»	Содержит видео материалы направленные на профилактику курения, алкоголизма, наркомании рекомендованы Министерством образования и науки Российской Федерации.
https://51.мвд.рф/folder/8040352.	Сайт МВД России по мурманской области	Ролике направленные на профилактику экстремизма и терроризма

https://vkvideo.ru/playlist/-205543978_5	Канал НИЦ Мониторинга и профилактики	Серия профилактических видеороликов для подростков «Правильный выбор». В интересном формате анимационного мультфильма
https://ok.ru/video/4037551852077	Ролик в социальной сети «Одноклассники»	«Занимательная арифметика» социальный видео ролик по профилактики правонарушений среди подростков.
https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/press/video/239/	"Семья" (30 сек)	Для родителей
https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/press/video/249/	"Наркотики лишают тебя будущего" (9 сек)	Несовершеннолетние дети и молодежь (в возрасте от 13 лет)
https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/press/video/248/	"Употребление наркотиков приводит к депрессии" (10 сек)	Несовершеннолетние дети и молодежь (в возрасте от 13 лет)

СЕКЦИЯ 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ПАПА, МАМА, Я — СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!»

Галимова З.К.,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Пояснительная записка:

Сценарий разработан для учащихся детского объединения «Краеведение» в рамках реализации воспитательной составляющей образовательной программы.

Возраст обучающихся: 8 – 11 лет. Мероприятие проводилось в дни осенних каникул с приглашением родителей.

Цель: Укрепление семейных ценностей, пропаганда здорового образа жизни, развитие логического мышления и командного духа.

Место: Спортивный зал, украшенный шарами и плакатами.

Участники: Команды-семьи (папа, мама, ребенок). Оптимальное количество команд — 4-6.

Инвентарь: Эстафетные палочки, мячи (футбольные, баскетбольные), обручи, кегли или кубики, скакалки, ложки и теннисные шарики, повязки на глаза, карточки с заданиями, бумага и фломастеры, секундомер, музыкальная колонка.

Ведущие: Двое

Ход праздника

(Звучит бодрая спортивная музыка. Команды строятся в зале.)

Ведущий 1: Здравствуйте, дорогие друзья, уважаемые гости, болельщики и, конечно же, наши замечательные участники! Сегодня в нашем зале собрались самые быстрые, самые ловкие, самые дружные и смелые семьи!

Ведущий 2: Мы рады приветствовать вас на веселых семейных стартах «Папа, мама, я — спортивная семья»! Давайте поприветствуем наши команды аплодисментами! (Представление команд. Каждая семья называет свое название и девиз. Например: «Семья «Молния» — быстрые как ветер, дружные как один!»)

Ведущий 1: А чтобы оценивать ваши спортивные подвиги и интеллектуальные победы, представляем наше строгое, но справедливое жюри! (Представляет жюри: завуч, школьный психолог, представитель родительского комитета).

Ведущий 2: Перед началом состязаний — традиционная разминка! Выходим все на середину зала и повторяем за нами!

(Проводится общая веселая разминка под музыку «Если нравится тебе, то делай так...» или подобную.)

Конкурсная программа

1. Эстафета «Семейный поезд»

- Суть: Спортивное состязание на скорость и слаженность.
- Правила: Папа впереди, за ним мама, сзади ребенок. Все встают в «паровозик».
- Задача: добежать до отметки и обратно, не расцепив «вагончики». Побеждает команда, пришедшая первой.
- Логический вопрос-блиц (после эстафеты, пока жюри считает баллы):
 - Вопрос для ребенка: Что принадлежит тебе, но другие пользуются этим чаще, чем ты? (Твое имя).
 - Вопрос для мамы: Какой месяц года самый короткий? (Май — в нем всего 3 буквы).
 - Вопрос для папы: Что можно приготовить, но нельзя съесть? (Уроки, домашнее задание).

2. Конкурс «Снайперы»

- Суть: Точность и координация.
- Правила: На расстоянии 3 метров от линии старта стоит обруч. Каждый член семьи по очереди получает 3 мяча (теннисных или маленьких). Задача: забросить как можно больше мячей в обруч. Счет — общее количество попаданий на семью.
- Логическая головоломка: Команде дается карточка с ребусом или зашифрованным словом на спортивную тему (например, изображение футбольного мяча + буква «Я» = «Футболя»). Решают все вместе 1 минуту.

3. Эстафета «Взаимовыручка»

- Суть: Командное взаимодействие.
- Правила: Папа с завязанными глазами стоит на старте. Мама — на финише и направляет его голосом («левее», «правее», «вперед»). Ребенок стоит на середине дистанции и держит обруч. Папа должен, следуя указаниям мамы, дойти до середины, пролезть через обруч, который держит ребенок, а затем дойти до мамы. Взявшись втроем за руки, они бегут обратно на старт.
- Логический вопрос: «Стоит дуб. На дубе 3 яблока. Ехал добрый молодец и сорвал одно. Сколько яблок осталось?» (Нисколько, яблоки на дубе не растут).

4. Конкурс «Спортивный алфавит»

- Суть: Интеллектуальная пауза.
- Правила: Командам дается 2 минуты и лист бумаги. Нужно написать спортивный инвентарь или вид спорта на каждую букву алфавита (А — атлет, Б — бадминтон, В — волейбол...). Побеждает команда, нашедшая больше всего слов.

5. Эстафета «Золушка»

- Суть: Ловкость и скорость.
- Правила: На одной стороне зала в обруче лежит смесь инвентаря (теннисный мячик, кубик, кегля, маленький мяч). По сигналу ребенок бежит к обручу, выбирает только один предмет (например, теннисный мячик) и несет его папе. Папа бежит и забирает другой предмет (например, кубик) и несет его маме. Мама бежит и забирает последний предмет, и вся семья с предметами в руках финиширует вместе.
- Логический вопрос: «Кто ходит сидя?» (Шахматист).

6. Большая финальная эстафета «Всем вместе!»

- Суть: Захватывающее завершение.
- Правила: Полоса из 3-х этапов:

1. Ребенок прыгает в мешке до отметки.
2. Мама на месте крутит обруч 10 раз.
3. Папа ведет баскетбольный мяч, обводит кегли и забрасывает его в корзину (или попадает в цель). После успешного броска вся семья собирается вместе и бежит к финишу.

Заключительная часть

(Все команды строятся для подведения итогов. Звучит торжественная музыка.)

Ведущий 1: Вот и подошли к концу наши увлекательные соревнования! Вы были быстрыми, меткими, дружными и умными! Пока наше уважаемое жюри подводит окончательные итоги, давайте все вместе споем!

(Исполняется общая песня, например, «Вместе весело шагать» или «Если с другом вышел в путь»).

Ведущий 2: Слово предоставляется нашему жюри для объявления результатов и награждения!

(Жюри объявляет места, награждает всех участников: грамоты, медали (золотые, серебряные, бронзовые для всех членов семьи), сладкие призы или небольшие сувениры. Важно, чтобы каждая семья получила награду в своей номинации: «Самая дружная семья», «Самая быстрая семья», «Самая находчивая семья» и т.д.).

Ведущий 1: Большое спасибо всем участникам за ваш спортивный дух, смех и волю к победе!

Ведущий 2: Спасибо болельщикам за вашу горячую поддержку! И пусть сегодняшний праздник станет доброй традицией в ваших семьях! До новых встреч!

МЕТОДЫ БОРЬБЫ СО СТРЕССОМ

Гараева Г.Х., методист,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Пояснительная записка:

Занятие разработано в рамках воспитательного аспекта общеобразовательной и общеразвивающей программы «Краеведение».

Неудачный опыт преодоления обучающимися трудных жизненных ситуаций может повлечь неудовлетворенность, чувство неуверенности, озлобленность, агрессивность, негативизм, неверие в свое успешное будущее. Любая из формирующихся при этом защитных техник: уход в себя, стремление избежать неприятностей или открытая агрессия, оказывается неблагоприятной для развития личности подростка. Актуальность выбранной темы занятия «Методы борьбы со стрессом» обусловлена анализом практики работы в школе, которая свидетельствует о том, что большинство обучающихся не умеют самостоятельно справляться со стрессом, или справляются с ним «нездоровыми», «неконструктивными» способами. Поэтому возникла необходимость подготовить упражнения, которые помогут ученику достойно и относительно безболезненно выйти из стресса.

Цель: Ознакомление учащихся с понятиями «стресс» и «эмоциональное напряжение» и обучение приемам саморегуляции в моменты жизненных трудностей.

Задачи:

1. Научить понимать своё эмоциональное состояние.
2. Обучить навыкам поведения, способствующим эффективному преодолению нервно-психического напряжения.
3. Создать благоприятные условия для развития, обучения детей и сохранения их психологического здоровья.

Форма проведения: занятие с упражнениями

Возраст: 9 – 12 лет

Необходимые материалы: распечатанная техника «Джин шин джитсу», листы бумаги формата А4, ручки для каждого участника.

Ожидаемые результаты:

1. Осознание, что каждый человек может испытывать нервно-психическое напряжение в моменты жизненных трудностей.
2. Осознание того, что стресс – это состояние, с которым можно справиться.
3. Умение находить «здоровые» и эффективные способы преодоления стресса.

Ход занятия:

Ведущий: «Рада приветствовать вас сегодня на занятии! Надеюсь, что выделенное время пройдет не зря, и вы сможете научиться самостоятельно справиться со всеми жизненными ситуациями».

1. Упражнение-разминка «Комплимент по кругу». Активизировать участников, настроить на предстоящую работу, поднять эмоциональный фон группы.

Ведущий просит каждого участника тренинга на листе бумаги обвести ладонь, в центре пишет своё имя, затем отдаёт лист соседу справа. Сосед внутри очертаний ладони пишет комплимент хозяину листочка и отдаёт его дальше. Упражнение продолжается, пока каждый участник не получит свой листок обратно. Обучающиеся по очереди зачитывают все полученные комплименты.

Рефлексия: «Сложно ли вам было выполнять задание? Что вызвало сложности? Что вы почувствовали, когда прочитали все комплименты? Как изменилось ваше настроение после выполнения задания? (Как правило, дети отмечают повышение эмоционального фона, говорят, что комплименты приятно не только читать, но и писать.)

2. Упражнение на снятие эмоционального напряжения

Ведущий: Проблема стресса актуальна в жизни каждого человека. В школьные годы каждый ученик сталкивается со стрессовыми ситуациями каждый день. Очень важно научиться предвидеть эти ситуации и противостоять стрессу.

Для борьбы со стрессом у школьников можно использовать разные методы, которые включают работу с психологом, поддержку близких, организацию режима дня и физическую активность. Важно учитывать индивидуальные особенности ребёнка и не навязывать жёсткий распорядок. Нервному напряжению в той или иной степени подвергается любой из обучающихся: то в школу опоздал, то учитель поругает за поведение, то получили в очередной раз плохую оценку, то с другом поссорился. А как же без стресса во время экзамена. Случаясь регулярно, эти мелкие

неприятности способны серьезно подорвать эмоциональное и физическое благополучие и спровоцировать проблемы со здоровьем. Поскольку источники стресса полностью устранить вряд ли получится, самое время научиться бороться с его последствиями.

Японская техника снятия стресса - основатель Джиро Мурай (1886-1960) возродил практику в начале XX века. Он утверждал, что благодаря технике смог исцелиться от болезни, которую врачи признали неизлечимой. Мурай изучал «Записи древних исцелений» в японской «Книге древних вещей» и получил некоторые документы из частной библиотеки Императорской семьи. После Второй мировой войны императорская семья дала Мураю разрешение делиться и обучать «Джин шин джитсу» широким слоям населения Японии.

Джин Шин Джитсу - это японское искусство исцеления, которое помогает разрядить стресс и минимизировать тяжесть ежедневных нагрузок, используя только наши руки. Это очень интересная техника самоисцеления, которая направлена на восстановление баланса нашего физического и психического состояния с помощью пальцев. Суть Джин Шин Джитсу – в работе с 26 точками на теле (или их проекциями на пальцах рук). Считается, что именно в этих точках происходит блокирование энергетических потоков, проходящих через тело человека, вызывая сначала локальный дисбаланс, а затем и системный, приводящий к болезням на уровне физического тела.

Эта техника на первый взгляд может показаться странной, если не сказать - не очень правдоподобной. Но для того, чтобы справиться с актуальными проблемами, такими как стресс, тревога или депрессия, нам необходимо рассмотреть все стратегии, которые могут нам помочь. Более того, чтобы понять, какой из них лучше всего подходит и может быстро принести нам облегчение, необходимо попробовать несколько из них, чтобы иметь возможность сравнить.

Этот японский метод поможет вам полностью расслабиться за 5 минут.

Техника «Джин шин джитсу» помогает обрести внутренний покой.

*Большой палец отвечает за тревоги.

*Указательный палец – за страхи.

*Средний палец – это гнев.

*Безымянный палец – это тоска и неуверенность.

*Мизинец – это ваша уверенность в себе.

1) Чтобы успокоить эмоции и расслабиться, удерживайте палец 1-2 минуты.

2) Повторите с каждым пальцем.

3) Сделайте то же самое на другой руке.

4) Чтобы моментально успокоиться, прижмите большой палец одной руки к середине ладони другой руки на 2 минуты.

*Повторяйте упражнение каждый день –
и Вы обязательно обретете внутренний баланс!*

С помощью локальных надавливаний вы сможете снять напряжение, перегрузки и небольшие физические сбои, которые вы можете испытывать в повседневной жизни.



Этот метод не избавит от болезни полностью. Однако его можно использовать для постепенного снятия хронического стресса, который испытывают многие из нас. Джин Шин Джитсу является отличным инструментом, помогающим снять стресс.

Простой акт давления на пальцы в течение нескольких секунд позволяет нам войти в состояние расслабления, которое одновременно приятно и раскрепощает.

В целях пропаганды ЗОЖ и первичной профилактики ПАВ в детских объединениях Дворца творчества ведется работа по реализации Республиканского проекта «СМС – дети». В рамках реализации проекта каждый год проводятся мероприятия: «Поделись улыбкой»; «Здоровая пробежка»; «Здоровая мама – здоровый ребенок»; «Количество свечек зависит только от тебя», посвященный Международному дню борьбы со СПИДом; «Яркая здоровая зимушка-зима». На мероприятиях с детьми проводятся упражнения, направленные на борьбу со стрессом, в разных форматах.

Поэтому мы будем продолжать бороться со стрессом. Ведь умение преодолевать стрессы поможет вам не бояться трудностей и добиться в жизни больших успехов!

Сегодня о самом главном вы узнали чуть больше.

Это значит, что мы сделали еще один шаг на пути к здоровью.

На этом мы прощаемся с вами, до новых встреч!

ИНТЕРАКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОТИЗАЦИИ В МОЛОДЁЖНОЙ СРЕДЕ. РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ

Ворожцова Т.Н.,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Интерактивные методы эффективны, поскольку вовлекают молодёжь в процесс, развивают критическое мышление и дают возможность отработать навыки отказа от наркотиков на практике. Разберём основные формы подробнее.

1. Коллективный просмотр и обсуждение фильмов

Пример: программа «Наркотики. Секреты манипуляции».

- **Формат:** просмотр документального фильма + групповое обсуждение.
- **Цель:** показать пагубное воздействие ПАВ, укрепить ценности здорового образа жизни.
- **Особенности:** ведущие могут быть старшеклассниками или студентами (при подготовке с психологом), что снимает возрастной барьер.
- **Где проводить:** уроки ОБЖ, классные часы, внеклассные занятия.
- **Оборудование:** проектор, экран, компьютер, диск с фильмом.

2. Ролевые игры и форум-театр

Суть: участники разыгрывают реальные ситуации, где есть давление попробовать наркотики, и ищут способы отказа.

- **Сценарий:** подросток сталкивается с предложением попробовать ПАВ на вечеринке, в компании друзей, от «авторитетного» сверстника.
- **Задачи:** отработать фразы отказа, научиться говорить «нет» уверенно, без конфликта.
- **Рефлексия:** после игры — обсуждение эмоций, анализ удачных и неудачных стратегий.

3. Дискуссии и дебаты

Формат: обсуждение спорных утверждений о наркотиках.

Примеры тезисов:

- «Лёгкие наркотики безвредны».
- «Наркомания — это болезнь, а не преступление».
- «Прекратить употреблять ПАВ можно в любой момент».
- «По внешнему виду человека можно определить, употребляет он ПАВ или нет».

Ход работы:

1. Участники выбирают позицию («согласен»/«не согласен») и аргументируют выбор.
2. После выслушивания разных точек зрения можно сменить позицию, если мнение изменилось.
3. Ведущий подводит итоги, даёт научно обоснованную информацию.

4. Квесты и психологические игры

Пример: интерактивная площадка «Твой выбор».

- **Концепция:** команда (6–8 человек) проходит локации, моделирующие последствия употребления наркотиков: полицейский участок, морг, психиатрическая больница и т. д.
- **Задача:** найти причину трагедии героя, понять цепочку событий, приведших к зависимости.
- **Эффект:** наглядная демонстрация необратимости последствий даже одного приёма наркотиков.

5. Тренинг навыков сопротивления манипуляциям

Упражнения:

- **«Крючки»:** участники получают карточки с манипулятивными фразами («Да ладно, все пробуют!», «Ты что, трус?») и придумывают контраргументы.
- **«Ответ провокатору»:** отработка уверенного поведения в смоделированных ситуациях давления.
- **«Центр Я»:** фокус на личных ценностях (семья, спорт, карьера) как основе для отказа от ПАВ.

6. Мозговой штурм и работа в малых группах

Задание: «Альтернативы употреблению ПАВ».

1. Группы составляют списки причин, почему подростки пробуют наркотики (любопытство, стресс, давление компании и т. п.).
2. Для каждой причины придумывают 3–5 альтернативных решений:
 - **Причина:** депрессия, тревожность.

- **Альтернативы:** поговорить с родителями/психологом, заняться спортом, вести дневник эмоций.

3. Группы обмениваются идеями, дополняют списки.

7. Симуляционные эксперименты

Упражнение «Жизнь с зависимостью»:

- Каждый участник получает 6 карточек и пишет на них важные жизненные цели (образование, семья, карьера и т. д.).
- По ходу «игры» карточки «забираются» из-за последствий употребления наркотиков (потеря работы, разрыв отношений, тюрьма).
- **Вывод:** зависимость лишает человека будущего.

8. Волонтерские и медиапроекты

- **Создание социальных роликов:** молодёжь снимает видео о ЗОЖ, мифах про наркотики.
- **Ведение соцсетей:** разработка контента для профилактики (инфографика, челленджи, интервью с экспертами).
- **Наставничество:** старшеклассники проводят беседы с младшими, делятся опытом здорового досуга.

9. Интерактивные онлайн-форматы

- **Квизы и викторины** на тему последствий употребления ПАВ.
- **Виртуальные квесты** с элементами обучения.
- **Чат-боты** для анонимных вопросов о наркотиках и получения достоверной информации.

Принципы успешной организации

Чтобы интерактивные формы дали результат, важно:

- **Учитывать возраст:** для подростков — больше игр и квестов, для студентов — дебаты и проекты.
- **Избегать запугивания:** акцент на позитивных альтернативах, а не на «страшилках».
- **Вовлекать самих участников:** давать возможность предлагать идеи, вести части занятий.
- **Обеспечивать психологическую безопасность:** атмосфера доверия, отсутствие осуждения.
- **Привлекать экспертов:** психологов, наркологов, бывших зависимых (если уместно).

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА БЕСЕДА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО КАЮМУ НАСЫРИ»

Нугманова И.М., методист
МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х.Садыкова» НМР РТ

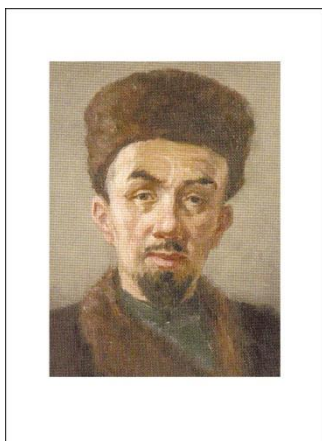
Пояснительная записка:

Беседа разработана в рамках реализации воспитательного аспекта общеобразовательной программы «Бисероплетение».

Цель: ознакомление с взглядами К. Насыри на здоровье, воспитание культуры ЗОЖ через народные традиции.

Задачи:

- формирование осознанного отношения школьников к своему здоровью;
- побуждать детей к соблюдению навыков здорового образа жизни;
- содействовать воспитанию у детей чувства ответственности за собственное здоровье, здоровье семьи и общества;
- воспитывать активную жизненную позицию.



Использование педагогических приемов для формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) остается ключевой задачей, а советы татарского просветителя Каюма Насыри — актуальной базой. Он пропагандировал умеренность, гигиену, правильное питание и физическую активность как основу долголетия и физического развития, что идеально ложится на современные методы воспитания.

[Каюм Насыри](#) (1825–1902) — выдающийся татарский ученый-просветитель, литератор, этнограф и педагог, заложивший основы татарского литературного языка. Преподавал в Казанской духовной семинарии, создал русско-татарскую школу. Насыри известен своими трудами по языкознанию, истории, фольклору и изданием настольных календарей, выступая за сближение татарской и русской культур.

Родился Каюм Насыри в деревне Ширдан 2 (14) февраля 1825 года в семье известного богослова и мастера каллиграфии Габденасыра бин Хусейна. Известно, что родоначальником этой старинной и очень уважаемой династии был некий Бираш баба, обосновавшийся на правом берегу реки Волги еще во времена Казанского ханства. С тех пор на протяжении нескольких столетий многие его потомки являлись признанными лидерами местных мусульман, исполняя обязанности сельских старост и указных мулл. С юных лет Каюм начал проявлять любознательность. Азы грамоты будущий просветитель получал от отца, который не только хорошо владел пером, но знал русский, персидский и арабский языки. Габделнасыр привил детям любовь к труду, любовь к книгам. В течение своей более чем полувековой научной, литературной и педагогической деятельности Каюм успел издать около сорока трудов по художественной литературе, фольклору, филологии, педагогике,

математике, истории, географии, астрономии и другим отраслям науки. Он был истинным учёным, горячо любившим свою родину, свой народ и немало сделавшим для его развития. Будучи писателем-демократом, просветителем, Каюм Насыри целью всей своей жизни видел распространение среди татарского населения науки и знания, культуры и прогресса. Он был в авангарде представителей демократического направления в общественной жизни. Трудом всей жизни Каюма Насыри можно назвать объемистый том его своеобразных проповедей и наставлений «Плоды беседований», вышедший в 1884 году в университетской типографии. Это произведение представляет собой выражение всей татарской просветительской идеологии. Первым печатным трудом был учебник «Синтаксис», увидевший свет в 1860 году. Затем выходят его книги по различным отраслям знаний, а также литературные произведения. В 1871 году Каюм Насыри начал издавать настольный ежедневный календарь, мечтал об издании татарской ежедневной газеты. Будучи страстным поборником просвещения, Каюм Насыри хотел построить в родной деревне школу. В последний год своей жизни он вернулся обратно в родную деревню, а все свои заработанные деньги отдал на строительство новой мечети. Умер он в возрасте 78 лет 20 августа 1902 года. К сожалению, он не успел дожить даже до начала строительства своей мечети, она уже была построена без него. Просветитель был похоронен шакирдами медресе «Мухаммадия» на кладбище Новотатарской слободы города Казани.

Одним из фундаментальных трудов татарского просветителя, настоящего педагога и талантливого краеведа Габделькаюма Габдулнасырова (Каюма Насыри) является «Книга воспитания» («Китаб-ат-Тарбия»).

Каюм Насыри, рассматривал здоровье как бесценный, но временный дар, требующий бережного отношения. В своих трудах он призывал не полагаться слепо на прежнее благополучие, а активно беречь себя, избегая крайностей и неразумного поведения, чтобы не довести организм до «скотского» состояния, тем самым подчеркивая важность умеренности. Несмотря на то, что эти наставления были написаны более века назад, ни один из советов не утратил своей актуальности, а некоторые даже обрели особую значимость. И сегодня мы остановимся именно на тех моментах в книге, которые помогут воспитать достойных граждан.

Основные мысли Каюма Насыри о здоровье:

Бережное отношение: «Не кичись здоровьем и не обманывай себя благополучием прежних дней, о сын мой» содержится в «Книге о воспитании» (наставление № 48)

Осознанность: здоровье не вечно, поэтому необходимо ценить его и заботиться о нем каждый день.

Умеренность: избегать излишеств, которые могут разрушить физическое и душевное равновесие.

«Один мудрец так поучал сына: «Не ешь много, о сын мой. Избыток пищи навлекает болезни». «О, отец, это голод убивает человека, — возразил ему однажды сын,— я не раз слышал от людей, что такой-то умер от голода, и ни разу не доводилось мне слышать, чтобы кто-нибудь умер от обильной еды». «И всё же, сын мой, надо быть умеренным, — ответил мудрец,— если обилие в еде и не убивает, то

и хорошего в том мало. Ведь обжорство — расточительность, а это уже само по себе большой грех».

Особое внимание К. Насыри уделял проблеме сохранения здоровья человека, культуре его питания. И этому тоже посвящены наставления. "Известно, что один из персидских царей послал однажды лучшего своего лекаря к пророку в Аравию. Прожил лекарь несколько лет, но ни один человек не подошел к нему и не сказал: "Помоги мне". Тогда пошел он к пророку и пожаловался: "Я живу здесь много лет, но никто на меня внимания не обращает". Пророк ответил: "Люди здесь не едят, покуда не проголодаются, и отводят руку от еды раньше, чем насытятся". "Так вот почему они не знают болезней!" - воскликнул лекарь, поцеловал землю и ушел. Думаю, сын мой, ты понял смысл этой притчи. Не наедайся до отвала, неумеренность в еде ведет к болезням, умеи довольствоваться малым".

Каюм Насыри всегда пропагандировал здоровый образ жизни через [народную медицину](#) и разумный режим. Он собирал лекарственные травы и знал, как их хранить и грамотно использовать. Применял рецепты народной медицины. К нему постоянно обращались за помощью. Сейчас в его доме-музее, где он прожил последние 13 лет, проходят заседания клуба здорового образа жизни. В своей книге «Цветы и травы», которая в последний раз издавалась в 1999 году на татарском языке, Каюм Насыри подробно описал свойства 192 растений, растущих на территории России, 155 болезней и способы их лечения с помощью трав. В конце книги ученый приводит рецепт бальзама из 76 компонентов, помогающего при 33 болезнях. Каюм Насыри от боли в животе ученый советует поесть обычный чеснок! Он обладает не только антибактериальным, но и болеутоляющим действием. Внучатая племянница Каюма Насыри – врач-педиатр - советовала использовать дольку чеснока и при зубной боли. Помогло! Тыква, пишет ученый, выводит из организма паразитов, очищает кишечник, подпитывает сердце и костный мозг. С облысением он предлагает бороться с помощью полыни, листьев мирта и черного тмина - один к одному. Смесь нужно прокипятить, затем добавить оливковое масло и смазывать лысеющие места.

Каюм Насыри считал, что лекарственные свойства местных трав гораздо выше иноземных. Они помогают лучше, чем экзотические травы других стран. А полевые растения по своим свойствам превосходят искусственно культивируемые. Собирать лекарственные травы непросто. У каждой травы свой срок. У одной весной, у другой - летом... В сентябре, например, собирают шиповник – кладовую витамина С, и боярышник, который благотворно влияет на сердце. Сушить травы лучше в пучках или тонким слоем на бумаге (но только не на газете!), в тени, а не на солнце. Желательно на воздухе или в проветриваемом помещении. Хранить не в пластиковых контейнерах и стеклянных банках, а в картонных коробках или полотняных мешочках опять-таки в тени. Целебные свойства высушенная трава сохраняет два года.

Каюм Насыри, считал, что постоянная умственная работа требует компенсации в виде физической нагрузки, что повышает работоспособность.

Каюм Насыри, призывал к здоровому образу жизни, считая вредные привычки (особенно курение и алкоголь) причинами разрушения физического и душевного здоровья, а также разума, призывая народ к самосовершенствованию. Его

наставления направлены на воспитание морально чистой личности, что отражено в его нравоучительных трудах, таких как «Книга о воспитании» («Китаб-эт-тәрбия»).

Основные взгляды К. Насыри на вредные привычки:

Курение: Насыри критиковал табак, отмечая, что он «ослабляет энергию», приносит вред телу, «разрушает разум» и пагубно влияет на нацию в целом. Он подчеркивал, что курильщик отравляет не только себя, но и окружающих, говоря о необходимости борьбы с этим "чертовым зельем", сжигающим нутро.

Алкоголь: рассматривался как один из главных социальных пороков, ведущих к деградации, что характерно для просветительского подхода к воспитанию и сохранению здоровья. В «Книге о примерах» (сборники назиданий) Насыри на житейских примерах показывает последствия дурных привычек.

В частности, он говорил о вреде пьянства в статье «Ахвале сокран» («Состояние пьяных»), а также через свои наглядные плакаты, стихи и медицинские разделы в календарях.

Примеры вопросов для викторины по творчеству Каюма Насыри, которые охватывают его наставления по воспитанию характера и сохранению здоровья:

- **о вреде курения:** как Каюм Насыри называл курение в своих трудах, указывая на его вред для здоровья?

• *Ответ:* часто он описывал это как "глупую привычку", разрушающую тело и дух;

- **о питании:** какое главное правило умеренности в еде поддерживал просветитель?

- *Ответ:* не переедать, избегать вредной пищи, соблюдать чистоту продуктов.

- **о воспитании характера:** что, по мнению Насыри, является главной защитой от вредных привычек?

• *Ответ:* знания, трудолюбие, крепкая вера и воспитание силы воли.

- **о личной гигиене:** какое значение Насыри придавал чистоте тела?

• *Ответ:* чистота — залог здоровья и предотвращение болезней.

Эта викторина помогает вспомнить важные этические и гигиенические наставления, оставленные великим ученым.

Сегодня Министерством образования Республики Татарстан учреждена премия имени К. Насыри, которой награждаются лучшие педагогические коллективы, учителя, воспитатели, авторы учебников по татарскому языку - все те, кому небезразлична судьба татарского народа и России. В последнее время, когда проблеме воспитания и формирования здорового образа жизни обучающихся стало уделяться первостепенное значение, в школах Республики Татарстан разрабатываются инновационные проекты эффективности национального образования и воспитания на основе изучения педагогического наследия И. Гаспринского, К. Насыри, Р. Фахретдина, И. Я. Яковлева и других народных просветителей. Во многих школах введены уроки нравственности, педагоги проектируют авторские программы, апробируют новые технологии воспитания. В Казани открыт Дом-музей Каюма Насыри, куда приезжают учителя и школьники со всех уголков России, и здесь они желанные гости.

Актуальность наставлений Каюма Насыри: Наследие татарского просветителя, пропагандировавшего чистоту, умеренность в еде, физическую активность и соблюдение режима дня, идеально вписывается в современную концепцию здоровьесбережения. Его труды учат, что здоровье — это результат дисциплины, правильного питания и заботы о чистоте тела и окружающей среды, что остается критически важным для подрастающего поколения. Педагоги, внедряющие эти принципы через беседы, игры и личный пример, формируют у детей устойчивую мотивацию к заботе о своем здоровье.

Источники:

<https://islam-today.ru/istoria/licnosti/aktualnye-sovety-molodym-ot-kauma-nasyri/>

https://mirasybyz.ucoz.ru/publ/cvety_i_travy_kajum_nasyri/1-1-0-8

https://portalus.ru/modules/shkola/rus_readme.php?subaction=showfull&id=1193920799&archive=1194448667&start_from=&ucat=&

ЗАНЯТИЯ ПО ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ: «МОЙ ВЫБОР: ПУТЬ К УСПЕХУ»

Павлова М.Г.,
ведущий специалист по воспитательной
и социальной работе НФ УПО «Колледж КИУ»

Целевая аудитория: студенты 1-2 курсов (16-19 лет).

Формат: интерактивный профилактический тренинг.

Время: 65 минут.

Методическая концепция: позитивная профилактика, смещение фокуса с «запугивания» на формирование осознанного выбора, развитие жизненных навыков.

Цель: Сформировать у студентов осознанную ценность здорового и успешного будущего, развить навыки критического мышления и ответственного поведения в контексте профилактики наркотизации.

Задачи:

1. Информационная: Разрушить мифы о «безопасном» и «контролируемом» употреблении ПАВ, предоставив научно обоснованные факты о рисках.

2. Ценностно-мотивационная: Актуализировать личные цели, мечты и ценности студентов, показав несовместимость наркотизации с их достижением.

3. Практико-ориентированная: Сформировать начальные навыки распознавания манипуляций (давления среды) и уверенного отказа в ситуациях предложения ПАВ.

4. Рефлексивная: Стимулировать личную позицию и ответственность за собственный выбор и его последствия.

Структура и ход занятия (65 минут)

Этап 1. Введение. «Колесо успеха» (15 мин)

Цель: Создать мотивацию и позитивный настрой, ввести тему через призму личного успеха.

Метод: Индивидуальная работа, мини-дискуссия.

Материалы: Распечатанные шаблоны «Колесо жизни» (упрощенные), ручки, флипчарт/доска.

Ход:

Приветствие и вводное слово:

«Добрый день, я рада видеть вас всех в этом зале. И сейчас, смотря на вас, я не вижу просто студентов, я вижу будущих специалистов своего дела, которые будут успешны в своей профессиональной сфере деятельности. Но если говорить начистоту, жизнь интересна и наполнена, и не всегда мы можем точно представить, как она повернется и какие препятствия ждут нас на этом пути.

И для каждого из нас важно очень научиться распознавать соблазны, иллюзии «легких путей», которые могут увести нас с лучшей версии нашей жизни. И сегодня я не хочу читать вам нотации или показывать и пугать вас страшными картинками о том, как наркотики влияют на организм, а предлагаю совместно по исследовать тему, почему люди вообще делают выбор, который ломает им жизнь. Это не лекция. Это тренировка. Тренировка устойчивости и внутренней свободы»

Индивидуальная работа (10 мин): Студентам раздают шаблоны «Колесо успеха», разделенное на 6-8 сегментов: «Здоровье», «Карьера/Учеба», «Друзья/Отношения», «Семья», «Финансы», «Хобби/Творчество», «Репутация», «Свобода/Независимость».

Их задача – кратко написать в каждом сегменте 1-2 своих цели или ценности (например, в «Карьера» – «стажировка в IT-компании», в «Свобода» – «путешествовать»).

Общий вывод (3 мин): Педагог собирает с участников примеры из разных сфер и фиксирует их на флипчарте.

Ключевой вопрос: «Как вы думаете, что может одним ударом разрушить все эти сферы, помешать вашим планам?». Наводя к теме занятия, делается акцент на том, что рискованное поведение (включая наркотизацию) – это угроза для всего «колеса».

Этап 2. Интерактивный квиз: «Правда или миф?» (12 мин)

Цель: Разрушить мифы через факты в соревновательной динамичной форме, задействовать критическое мышление.

Метод: Командный квиз с использованием смартфонов или карточек.

Ход:

1. Участники делятся на 3-4 команды.
2. Ведущий задает вопросы через платформу (например, quize или просто зачитывает их, а команды поднимают цветные карточки (А/В/С).
3. Примеры вопросов, нацеленных на когнитивные искажения:
(Приложение 1)
4. После каждого вопроса – краткий комментарий ведущего с акцентом на психологический и социальный механизм мифа. Подсчет очков, награждение самой внимательной команды аплодисментами.

Этап 3. Интерактивная дискуссия. «Цена сомнительного выигрыша» (15 мин)

Цель: Предоставить факты через призму потери контроля над собственной жизнью.

Метод: Работа в малых группах (по 4-5 человек) с кейсами.

Материалы: Конверты с карточками-кейсами, маркеры, листы А3.

Ход:

1. Деление на группы и постановка задачи (2 мин): Группам раздаются конверты. В каждом – описание ситуации-кейса. (Приложение 2)

2. Работа в группах (8 мин): Задача группы – обсудить кейс и записать на листе А3 не менее 5 возможных негативных последствий, делая акцент на социальных, карьерных и правовых аспектах, а не только на здоровье.

3. Презентация и обобщение (5 мин): По одному представителю от группы озвучивают выводы. Педагог дополняет и структурирует информацию, акцентируя внимание на:

- Уголовной и административной ответственности.
- Потере доверия, репутации («цифровой след»).
- Финансовых затратах и зависимости.

· Главный вывод: Нет «безопасного» или «разового» употребления в контексте полного контроля над своей жизнью. Риск всегда есть, и он катастрофически высок.

Этап 4. Психологический практикум: «Шкала моего состояния» (8 мин)

Цель: Научить отслеживать свое эмоциональное состояние и находить здоровые способы его коррекции.

Метод: Индивидуальная работа, парный коучинг.

Материалы: Бланки с нарисованной вертикальной шкалой от -5 до +5.

Ход:

1. Инструктаж (3 мин): «Часто к рискованному поведению приводят не внешние соблазны, а внутреннее состояние: скука (-3), сильный стресс (-4), тоска (-5) или, наоборот, безудержное веселье (+5), когда теряется контроль. Давайте научимся это диагностировать».

2. Индивидуальная работа (5 мин): Участники отмечают на своей шкале, где они находятся сейчас. Затем вспоминают и отмечают, где они бываю в сложные моменты (сессия, конфликт, одиночество).

Задача: Напротив каждого «минусового» состояния написать 2-3 здоровых способа сдвинуться в сторону «плюса» (напр., при «Стрессе -4»: «20-минутная прогулка», «звонок другу», «дыхательные упражнения»). Рядом с «плюсовыми» (эйфория +5) – способы «заземлиться» и сохранить контроль.

3. Парная работа (7 мин): Участники в парах делятся одним своим «способом» для состояния «-3» или «-4». Задача партнера – не давать советов, а помочь его конкретизировать вопросами: «Как именно ты это сделаешь?», «Когда ты можешь это применить на следующей неделе?».

4. Общий вывод: Ведущий резюмирует: «Мы создали свою первую «копилку» психологических антикризисных инструментов. Наркотик – это ложный и опасный «инструмент», который ломает всю вашу внутреннюю систему регулирования».

Этап 5. Ролевая игра с психологизмом: «Сценарий давления» (8 мин)

Цель: Отработать отказ с учетом эмоционального контекста и манипуляций.

Ход:

1. Участникам предлагаются не просто фразы давления, а микросценарии с подтекстом:

Сценарий «Друг»: «Я вижу, ты совсем загрузился после расставания/неудачи. Давай не грустить, я знаю, как поднять настроение за 5 минут...» (манипуляция: игра на слабости, предложение «заботы»).

Сценарий «Авторитет»: «Все успешные креативщики/айтишники это пробовали для полета мысли. Хочешь быть как все эти лузеры или как мы?» (манипуляция: апелляция к статусу, бинарный выбор).

2. Участники в парах разыгрывают сценку, где задача отказавшегося – показать не только слова, но и невербальную уверенность (поза, прямой, но спокойный взгляд) и, по возможности, перевести фокус на чувства («Мне важно, что ты хочешь мне помочь, но этот способ мне не подходит. Давай лучше...»).

Этап 6. Завершение. «Мой аргумент» (7 мин)

Цель: Закрепить личную ответственность и позитивный настрой.

Метод: «Акрослово» или «Открытый микрофон».

Ход: На флипчарте написано крупно: «МОЙ ВЫБОР». Педагог просит каждого участника (по желанию) назвать одно слово или короткую фразу, которая является для него главным аргументом в пользу осознанной жизни без рисков. Это может быть слово из «Колеса успеха» (например, «Свобода», «Карьера», «Семья», «Уважение») или любое другое.

Педагог благодарит за работу, подводит итог: «Ваше будущее – в ваших руках, и сегодня вы сделали еще один шаг, чтобы оно было успешным и ярким. Спасибо за ваш выбор!».

Альтернатива (если мало времени): Участники пишут свой главный аргумент на стикере и клеят его на плакат с надписью «Мой выбор – это...», создавая коллективный коллаж.

Приложение 1

«Употребление легких наркотиков (например, марихуаны) не влияет на вождение автомобиля через 2-3 дня после приема. (Миф: следовые количества сильно влияют на реакцию)»

«Главная причина первого употребления – это желание «быть своим» в компании, а не поиск кайфа. (Правда: статистика говорит о доминировании социальных мотивов)»

«Стресс и тревогу можно безопасно снять с помощью определенных веществ, если делать это редко. (Миф: это формирует опасную психологическую связку «проблема – химическое решение»)»

«Человек, предлагающий вам вещество «просто попробовать», часто заинтересован в том, чтобы разделить ответственность и чувство вины. (Правда: это классическая манипуляция)»

«Зависимость наступает не сразу, от одного раза ничего не будет.» (Правда: Даже после однократного приёма наркотических веществ в психике человека происходят необратимые изменения. Они могут проявляться в ухудшении памяти, снижении интеллекта, раздражительности и сужении круга интересов.)

«Ни медицина, ни международные законы не признают так называемых «лёгких» наркотиков. Вещество либо является наркотическим, либо нет.»

(Правда: Все без исключения наркотики вызывают психологическую зависимость.)

«Наркомания – это не болезнь.»(Миф: К наркомании как к болезни относятся, по крайней мере, с прошлого века. Однако в сознании людей всё ещё преобладает мнение, что это всего лишь вредная привычка.)

Наркомания включена в медицинские справочники и каталоги наряду с другими заболеваниями. По степени тяжести она приравнивается к онкологии, поскольку имеет высокий уровень смертности — около 96%.)

«Наркотики – личное дело каждого.» (Миф: С точки зрения законодательства РФ, любое действие с наркотиками запрещено.)

«Наркотики, применяющиеся в медицине, безвредны» (Миф: Ищущим оправдание привычке принимать психоактивные вещества эти факты кажутся достаточными, чтобы называть наркотики безопасными. Однако лекарственное действие каких-либо препаратов – не синоним их безвредности. Многие лекарства обладают тяжелыми побочными эффектами, применяются строго по назначению врача и продаются только по рецепту.)

Приложение 2

Примеры кейсов:

«Ты – талантливый программист, тебя зовут на стажировку в крупную компанию с серьезным договором о неразглашении. На корпоративе коллега предлагает «расслабиться» с помощью вещества, «чтобы стать своим в кругу». Какие РИСКИ для твоей карьеры и репутации ты видишь?»

«Ты мечтаешь о спортивной карьере или просто о здоровом теле. Твой друг говорит, что есть «легкие» вещества, которые «помогают» на тренировках или на вечеринках и не вызывают привыкания. Какие ПОСЛЕДСТВИЯ для здоровья, спортивных достижений и свободы могут быть?»

«У тебя есть водительские права и ты любишь путешествовать на машине. Вещество, даже принятое один раз, может оставаться в организме несколько дней. Что может произойти с твоими правами, свободой передвижения и репутацией в семье, если...?»

БЕСЕДА «ЖИВИ ЗДРАВО – ЭТО ЗДОРОВО!»

Ситдикова З.А.,
педагог дополнительного образования,
МБУ ДО «ДТДиМ имени И.Х.Садыкова» НМР РТ

Беседа «Живи здорово – это здорово!» разработана в рамках реализации плана воспитательной работы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Орнамент в народном творчестве».

Цель: сформировать у обучающихся представление о том, что наркомания – это болезнь и восприимчивость к наркотическим веществам - индивидуальное свойство человека. Выработать у обучающихся отрицательное отношение к вредным привычкам.

Задачи:

1. Ознакомить обучающихся с негативными последствиями, которые могут навредить здоровью человека при употреблении психоактивных веществ.
2. Научить избегать опасных ситуаций, связанных с возможной агрессивностью других людей, узнавать потенциально опасного человека по внешним признакам, разобрать варианты поведения в опасной ситуации и к кому следует обратиться.
3. Развивать коммуникативные навыки, критическое мышление.
4. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

Методы и приемы: показ презентации «Новое поколение без вредных привычек», беседа «Рядом - опасный человек, алкоголик или наркоман», объяснение, творческая выставка, индивидуальная работа, подвижные игры на свежем воздухе.

Оборудование: мультимедийный аппарат для показа презентации, плакаты «Наш мир без вредных привычек», «Лицо наркомана», альбом для рисования, цветные карандаши, простой карандаш, иллюстративный материал.

Возраст: для обучающихся 9-13 лет.

Ход беседы:

- Ребята, сегодня мы с вами поговорим о ценностях нашего здоровья. Какие вредные привычки негативно влияют на наше здоровье. У людей не существует дурных привычек курить, пить водку, употреблять наркотики: всё это – болезни. Вспомним, что такое болезнь, какие мы знаем болезни. Обсудим следующую ситуацию. Человек заболел, и ему прописали лекарство. За время болезни он так привык к этому лекарству, что продолжает принимать его и после выздоровления. Постепенно эта привычка превращается в новую болезнь – зависимость от лекарства. Человек начинает плохо чувствовать себя без привычной дозы лекарства, и с каждым днём ему хочется принимать всё больше и больше лекарства. Эта болезнь имеет название – наркомания. Есть специальные врачи – наркологи, которые её лечат. Наркомания – очень тяжёлое и трудноизлечимое заболевание. Заболеть наркоманией можно очень быстро, а лечиться придётся долго и тяжело. Постоянное употребление

наркотиков сильно отражается на внешности, работоспособности человека и способствует ли оно хорошему отношению окружающих.

Показ презентации «Новое поколение без вредных привычек».

- Человек, идущий по пути наркомана, постепенно уничтожает свои лучшие нравственные качества. Становится психически не вполне нормальным, теряет друзей, потом семью, не может приобрести профессию или забывает ту, которой раньше владел, остается без работы, вовлекается в преступную среду, приносит бедную несчастий себе и окружающим и, наконец, медленно и верно разрушает свой организм.

- Зависимость от психоактивных веществ последовательно проходит несколько этапов. Каждый последующий этап не сменяет предыдущий, а добавляет к картине заболевания все новые и новые проявления. Сначала подросток первый раз пробует во дворе или даже в учебном заведении из-за любопытства, затем в определённой знакомой компании. Постепенно появляется потребность принимать психоактивные вещества, чтобы вновь и вновь испытать приятные ощущения. Влечение входит в состояние, проявляющееся неудержимым побуждением к немедленному введению в организм психоактивных веществ и появляется зависимость. В случае резкого прекращения приема могут наступить расстройства, чувство тоски, тревоги, озлобленность, агрессия по отношению к окружающим.

- Необходимо знать, что каждый человек в отдельности неповторим во всём, в том числе и в восприимчивости к наркотическим веществам. В жизни часто бывает так: выкурив одну единственную сигарету или даже сделав затяжку табачного дыма, человек незаметно для себя втягивается в курение. Это – табакизм.

- Аналогично, выпив первую рюмку водки, можно заболеть алкоголизмом на всю жизнь, конечно, не с разу, а «от рюмки к рюмке». Действительно, одному, чтобы стать алкоголиком, надо 20 лет, другому – 5 лет, а некоторым достаточно и 2 месяцев. К кому из них относится ребёнок – неизвестно. Поэтому лучше всего не рисковать и не пробовать даже на вкус ради интереса, из-за любопытства. Часто бывает так, что человек приобретает трудноизлечимую болезнь. Стать алкоголиком, наркоманом, заядлым курильщиком плохо даже через 40 и 50 лет.

- Ребята, может ли человек, больной наркоманией, быть президентом, спортсменом, космонавтом, кинозвездой, фотомodelью? Может ли человек, больной наркоманией, водить машину, плавать, кататься на коньках [1].

Предлагаю обучающимся порассуждать на эту тему.

- Посмотрите плакат «Лицо наркомана». Прочитайте слова на плакате: «Наркотики вносят столько новых красок в твою жизнь: чёрные круги под глазами, красные воспаленные глаза, ярко-жёлтые зубы.

Предлагаю обучающимся нарисовать на тему: «Как ты представляешь лицо человека, употребляющего наркотики».

- Вредные привычки могут помешать правильному росту, быть красивым, здоровым и от них нужно обязательно избавиться.

- Ребята, давайте разберём такую ситуацию: «Рядом – опасный человек, алкоголик или наркоман». Моя цель научить вас избегать опасных ситуаций, связанных с возможной агрессивностью других людей, узнавать потенциально опасного человека по внешним признакам, разобрать варианты поведения в опасной ситуации и к кому следует тогда обратиться.

- Иногда мы чувствуем страх, потому что рядом с нами находится человек, внешний вид которого нас смущает, пугает. Это может быть человек старше нас, подросток или взрослый. Нас может испугать его красное лицо, мутные глаза, сильный запах изо рта, слишком замедленная или слишком оживленная речь, неуверенная походка, его внешний вид и неадекватное поведение. В первую очередь обращает на себя внимание одежда. Пуговицы могут быть расстёгнуты, шарф или галстук торчит наружу. Одежда может быть грязной, рваной. Походка часто неуверенная, человек может пошатываться в разные стороны, размахивать руками. Речь может быть несвязная, заплетающаяся. Характерны попытки заговорить о чём-либо, пообщаться.

- Нас может испугать также то, что этот человек предлагает нам сделать.

Обсудим следующие вопросы:

1. Что чувствует человек, когда пугается? (Ноги дрожат, хочется бежать, сердце стучит громко и часто, иногда потеют ладони.)
2. Что нам подсказывает наш организм, когда мы пугаемся? (Беги!)
3. Если вы чего-то испугались, что нужно делать? (Бежать или обратиться за помощью.)
4. Куда нужно бежать, если вы чувствуете опасность? (Место, где вы будете чувствовать себя спокойно: свой дом, дом друзей, школа или любое место, где есть люди, к которым можно обратиться за помощью.)
5. Если вы испугались, к кому можно обратиться за помощью? (Ко взрослым людям, к людям, которым вы доверяете.)

- Правила, которые надо соблюдать, когда к тебе подходит знакомый или мало знакомый человек и предлагает попробовать лекарство (понюхать, выпить и т. д.):

- в общественном транспорте нельзя садиться рядом с потенциально опасными людьми, даже если плохо себя чувствуешь;

- нельзя отвечать согласием на приглашение пойти куда-либо с потенциально опасным человеком, даже если тебе обещают подарить или показать что-нибудь очень интересное или вкусное;

- ни под каким предлогом нельзя садиться в машину с потенциально опасным человеком [1].

- Вот какие правила надо соблюдать и к кому обращаться, если вдруг вы оказались в такой ситуации.

- Сегодня у каждого из Вас будет шанс стать учеными, изобретателями, гениями! Мы будем выводить единую «Формулу здоровья». Но это не так просто, как кажется, ведь для этого необходимо выявить составляющие компоненты формулы. Каждый должен понять, что такие проблемы как табакизм, алкоголизм, наркомания могут

коснуться каждого из нас. Осознав это, узнав необходимые факты, ты сможешь изменить свою жизнь и жизнь своих близких людей в лучшую сторону.

- Выбирая здоровый образ жизни – ты говоришь «нет» распространению алкоголизма, наркотиков:

- ты делаешь безопаснее свою жизнь и жизнь своих близких;
- ты укрепляешь свой иммунитет;
- ты показываешь пример другим;
- ты хорошо выглядишь;
- тебя уважают друзья;
- ты успешен;
- ты выбираешь свое будущее;
- ты выбираешь здоровый образ жизни.

- Надо сделать свой выбор в пользу активного образа жизни и реализацию своего творческого потенциала через посещения кружков по танцам, вокалу, актерскому мастерству, созданию красивых вещей.

- Мы с вами сейчас переходим к созданию «Формулы здоровья».

- Творчество – это одно из составляющих ЗОЖ. Выражая себя в творчестве, ты получаешь шанс быть понятым, услышанным, сделать мир прекраснее.

- Продолжаем дальше собирать компоненты, входящие в нашу «Формулу здоровья».

- А какой компонент является главным и незаменимым в единой «Формуле здоровья» на ваш взгляд? (обучающиеся предлагают свои варианты ответов).

- Второй компонент не менее важен – это Активная жизненная позиция.

По данным в области на диспансерном учете находятся свыше 52 тысяч алкоголиков и наркоманов. Каждый год эта цифра увеличивается в среднем на 600 человек. Это официальная статистика, а реальные цифры в несколько раз выше. Вовлеченными в плен алкогольной или наркозависимости оказываются, прежде всего, молодые люди не старше 30 лет. Ни для кого не секрет, что наркотики и алкоголь – увлечения из разряда смертельно опасных.

- И все же большинство молодых людей задумывается о здоровом образе жизни! Это – посещение спортивных комплексов, закаливание организма, учёба, прогулки по паркам, правильное питание, любимая работа. Занятие спортом - это самосовершенствования души и тела, требующие сильной воли, упорства, проявления положительных качеств личности и высокой концентрации сознания.

- Формула здоровья начинает вырисовываться, у нас уже есть такие компоненты как творчество, активная жизненная позиция и духовность. Будем следовать дальше.

- Элементы фантазии, мечты, в которые молодой организм выливает свои потребности, свои представления о том, чего хотел бы, что должно было быть, является превосходным моментом для воспитания. Воспитания себя направленно на формирование самостоятельности и ответственности, принципиальности и чувства собственного достоинства, творческой активности и критического мышления.

- И последняя составляющая «Формулы здоровья» – это культура. Культура - это совокупность общественных норм, ценностей, обычаев, традиций, искусства, языка, религии. Быть культурным – это значит жить в обществе, не причиняя страдания себе и другим, быть милосердным и добрым.

- Ребята, давайте подытожим: творчество, активная жизненная позиция, духовность, спорт, воспитание и культура – все это в совокупности ЗОЖ.

Подводится итог.

- Ребята, табак, алкоголь и наркотики страшны не только тем, что они разрушают здоровье человека. Они способствуют саморазрушению личности, искажению ее взаимоотношений с другими людьми, разрыву всех социальных связей с миром, потере человеческого облика. Каждый человек выбирает свой жизненный путь: каким ему быть, с кем быть и как жить. Я думаю, вы выберете правильный путь.

Список литературы:

1. Касаткина В.Н. «Педагогика здоровья». Программа и методическое руководство для учителей начальной школы. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999 г. – 332 стр.
2. <https://libcat.ru/knigi/nauka-i-obrazovanie/prochaya-nauchnaya-literatura/153858-3-marina-kovalchuk-profilaktika-narkomanii-u-podrostkov.html#text>
3. <https://www.gscoumt.minobr63.ru/wp-content/uploads/2022/04>
4. <https://ppt-online.org/281480>

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА КОМАНДНОЙ ИГРЫ КВИЗ «ИГРЫ ЮНЫХ ПАТРИОТОВ»

Юзмухаметова Ю.Н.,
педагог-организатор МБУ ДО
«ДТДиМ имени И.Х. Садыкова» НМР РТ

Аннотация

Данная методическая разработка является результатом коллективной работы педагога и обучающихся детского объединения «Учеба профилактических волонтеров», участников Республиканского антинаркотического проекта «Самостоятельные дети».

Обучающиеся выступают в роли авторов сценария, едущими и организаторами. Педагог выступает в роли наставника, которые предоставляет алгоритм действий с учетом специфики мероприятия.

1. Пояснительная записка

Данное мероприятие разработано в рамках месячника героико-патриотического воспитания и приурочено к празднованию Дня защитника Отечества. Актуальность сценария обусловлена необходимостью формирования у подрастающего поколения чувства сопричастности к истории страны, уважения к государственным символам и

героическому прошлому России. Важной особенностью игры является интеграция патриотического воспитания с пропагандой здорового образа жизни, что соответствует современным образовательным и воспитательным трендам.

Целевая аудитория:

Учащиеся среднего и старшего школьного возраста (5–11 классы), воспитанники детских объединений, участники волонтерских отрядов.

Рекомендуемый состав команды: 5–7 человек. Оптимальное количество команд — 6 (как указано в сценарии), что позволяет удержать динамику игры и не перегружать судейскую бригаду.

Цель мероприятия:

Создание условий для формирования гражданско-патриотической позиции у подрастающего поколения через игровую и соревновательную деятельность.

Задачи:

1. Образовательная: Актуализировать знания учащихся об истории России, государственных праздниках, символике, героических личностях и фактах, а также о родном городе (Нижекамске).

2. Развивающая: Развивать навыки командного взаимодействия, логическое мышление, умение слышать и слушать друг друга, быстроту реакции при поиске правильного ответа.

3. Воспитательная: Воспитывать чувство гордости за свою страну и малую родину, уважение к защитникам Отечества и традициям российского народа.

2. Рекомендации по подготовке мероприятия

Успех мероприятия напрямую зависит от тщательности подготовки организационной группы.

2.1. Организационная работа:

Формирование судейской бригады (жюри). В состав жюри рекомендуется включить педагогов, представителей ветеранских организаций, старшеклассников (лидеров ученического самоуправления). Необходимо заранее подготовить для них:

- Протоколы подсчета баллов (с указанием правильных ответов).

- Ручки.

- Таблички с названиями команд.

- Подготовка раздаточного материала:**

- Распечатать «бланки для ответов» для секретарей команд (по количеству туров + запасные).

- Подготовить таблички с номерами или названиями команд для расстановки в зале.

- Распечатать изображения для 2 тура («Символика») в достаточном размере, чтобы всем командам было видно с мест или вывести на экран.

2.2. Материально-техническое обеспечение:

* Звуковое оборудование: колонки, микрофоны для ведущих.

* Мультимедиа: проектор, экран или большая плазменная панель для демонстрации слайдов 4 тура («Знатоки»), ноутбук с презентацией.

* Реквизит:

* «Загадочная коробка». Это должна быть непрозрачная коробка с крышкой, куда помещаются предметы. Важно сохранить интригу.

*Предметы для 3 тура: пилотка (настоящая или муляж), пучок сухой крапивы (можно искусственную или картинку на коробке, но лучше натуральный объект для тактильности), символический предмет, обозначающий Москву (например, миниатюра Кремля или просто карточка со словом «Москва», но лучше объемный предмет), карточка со словом «Метро» или жетон метро. Важно: предметы должны безопасно и правдоподобно выглядеть.

2.3. Оформление помещения:

* Зал можно оформить в цветах российского триколора.

* Фоновая музыка (песни военных лет) должна звучать на входе и в паузах между турами для создания нужной атмосферы.

* На сцене или у судейского стола можно разместить флаг РФ.

3. Рекомендации по проведению мероприятия (Ход игры)

3.1. Организационный момент (до начала игры):

* За 10–15 минут до начала провести регистрацию команд, вручить секретарям чистые бланки для ответов.

* Помочь участникам рассесться по командам.

* Провести краткий инструктаж: объяснить правила заполнения бланков (разборчиво, четко номер вопроса и ответ), правила сдачи бланков (по команде ведущего).

3.2. Проведение туров:

* **Роль ведущих (1 вед., 2 вед.): Ведущие должны работать в связке. Текст читать эмоционально, но четко. Важно делать небольшие паузы после прочтения вопроса, чтобы команды успели обсудить и записать ответ.

Тур 1. Разминка: Этот тур задает темп. Вопросы читаются вслух. Рекомендуется прочитать вопрос, повторить его кратко и дать 30-40 секунд на обсуждение.

Тур 2. Символика: Самая сложная часть с точки зрения демонстрации. Изображение с ошибками должно быть четко видно всем. Лучше вывести его на экран и оставить до конца тура. Для задания про гимн: можно включить минусовку гимна, чтобы дети вспомнили слова, либо просто раздать текст с пропусками на отдельном бланке, который секретарь заполняет и сдает.

Тур 3. Загадочная коробка:

Ведущий зачитывает описание. Сначала дается общее описание, затем, если команды не могут догадаться, можно добавить дополнительную подсказку (как про крапиву — «тронешь, обжигается»).

Демонстрация предмета происходит только после того, как бланки с ответами сданы или таймер на обсуждение истек. Это сохраняет интригу.

Рекомендуется давать на обсуждение этого тура чуть больше времени, так как задания требуют образного мышления.

Тур 4. Знатоки (краеведческий):

Слайды с достопримечательностями Нижнекамска должны быть качественными и узнаваемыми. Если какое-то место имеет неочевидный ракурс, можно добавить второй, более узнаваемый слайд.

Для ускорения проверки в этом туре можно попросить команды писать не название, а номер варианта (если на слайде будет несколько фото), но по сценарию предполагается свободный ответ, значит, судьям нужно будет сверить написание.

3.3. Взаимодействие с судьями:

Организовать четкую систему сбора бланков: помощники (волонтеры) забирают бланки у команд и относят в жюри.

Пока жюри подводит итоги (после 3 или 4 тура), ведущие могут провести с залом короткую викторину на патриотическую тему или включить музыкальную паузу (песни военных лет, под которые можно тихо подпевать), чтобы не было томительного ожидания.

4. Подведение итогов и награждение

Критерии оценки: Оценивается правильность и точность ответа. За частично правильный ответ (например, в вопросе про день Героев) можно давать 0,5 балла по решению жюри.

Финал: Жюри оглашает итоги от наибольшего количества баллов к наименьшему. Важно отметить не только победителей, но и самые активные команды, или ввести дополнительные номинации: «Лучшие знатоки истории», «Самая дружная команда», «Знатоки родного края».

Награждение: Победители награждаются дипломами и памятными призами (например, символика РФ, брелоки, сладкие призы). Участники получают сертификаты участника.

5. Советы организатору (Анализ и варианты)

Адаптация: Если игра проводится для младшего возраста, вопросы туров можно упростить или давать подсказки.

Визуализация: Для слабовидящих детей или плохой акустики зала дублируйте текст вопроса на экране.

Рефлексия: В конце игры можно спросить у участников, что нового они узнали, было ли им интересно. Это можно сделать устно или через небольшой опрос в бланке.

Фотозона: Организуйте небольшой уголок с военной атрибутикой или флагом, где команды смогут сфотографироваться после игры.

Данная разработка является готовым продуктом и при соблюдении данных рекомендаций пройдет успешно, оставив у участников чувство гордости за свою страну и позитивные эмоции от командной работы.

Ход мероприятия

1 вед.: Добрый день, дорогие друзья!

Мы рады приветствовать вас на «Играх юных патриотов»! Данная игра приурочена ко Дню защитника Отечества и является проектом отряда профилактических волонтеров «Волонтер.Лайф».

2 вед. Мы считаем, что успешное государство состоит из здоровых граждан. А настоящий патриот любит свою страну, знает ее историю и ведет здоровый образ жизни.

Вед.1. Участникам мы предлагаем разделить на 6 команд. В каждой команде необходимо будет выбрать секретаря, который будет фиксировать ответы команды в специальном бланке. Ответы относим нашим судьям.

1 ед. Игра будет состоять из 4 туров. По окончании каждого тура вы, команды, передаете бланки нашей судейской группе.

2 вед. Знакомьтесь. Судьи сегодняшней игры:

1 судья _____

2 судья _____

1 вед. Победителем игры станет команда, которая заработает большее количество баллов.

2.Вед. Первый тур называется «Разминка».

1.ТУР «РАЗМИНКА».

1 вопрос. 23 февраля празднуется День защитников Отечества. Напишите: какому историческому событию приурочен данный праздник.

(Дню создания Красной Армии)

2 вопрос. В 1612 году народное ополчение под предводительством купца Кузьмы Минина и полководца князя Дмитрия Пожарского освободило Москву от польских интервентов. Какой праздник стали отмечать, чтобы увековечить данное историческое событие?

(День народного единства, который отмечается 4 ноября)

3 вопрос. 23 февраля в России чествуют мужчин как защитников Отечества, 9 мая чествуют ветеранов, которые участвовали в Великой Отечественной Войне.

Вопрос. А кого чествуют 9 декабря, в день Героев России?

Ответ (9 декабря в России чествуют Героев Российской Федерации, Героев Советского Союза, всех, кто совершал подвиг в бою или в мирной жизни и был отмечен высшими знаками отличия, а также гражданских специалистов, врачей, спасателей и учёных, которые предотвратили катастрофы или спасли людей в критических ситуациях.)

4 вопрос. 12 декабря отмечается День конституции Российской Федерации. Вопрос: когда отмечается День государственного флага России?

Ответ: 22 августа.

2. ТУР «СИМВОЛИКА»

1 вопрос. Какие ошибки вы видите в данном изображении?

2 вопрос. Какие слова пропущены в куплете Гимна Российской Федерации?

3.ТУР «ЗАГАДОЧНАЯ КОРОБКА»

Перед вами коробка. Вы должны по описанию угадать, что спрятано внутри.

1. Этот характерный головной убор стал таким же символом советского солдата времен Великой Отечественной войны, как буденовка – красноармейца времен Гражданской. В них ходили рядовые и офицеры, летчики и танкисты, фронтовики и бойцы тыловых частей. Но мало кто догадывается, что она – ближайший родственник бескозырки, а обе они – потомки... фуражки! (Ответ- пилотка)

2. Это растение спасало от голода в тяжелые времена. Из него готовили супы, пекли пирожки. А во время войны сушили и мешали с грубой мукой и пекли лепешки, спасаясь от авитаминоза и цинги. Она богата витаминами и микроэлементами, а по количеству белков не уступает бобовым культурам. (Если дети не могут отгадать даем подсказку: Она зелёная красавица, тронешь - обжигается.) (Ответ – крапива)

3. Крупнейшая столица Европы, которой присвоено почетное звание Город-герой. Она наполнена достопримечательностями, памятниками истории и культуры, а также музеями мирового уровня. За образцовое выполнение боевых заданий 36 тысяч защитников - города были награждены различными орденами и медалями, а 110 человек - удостоены звания «Герой Советского Союза». (Ответ – город Москва)

4. В период Великой Отечественной войны это место стало настоящим подземным городом, который укрывал москвичей от воздушных налётов, служил местом партийных собраний, концертным залом, библиотекой и иногда даже больницей. На сегодняшний день это самый быстрый и экологичный вид общественного транспорта, который осуществляет около 60% всех городских перевозок в городе Москва. (Метрополитен или метро)

Вед.1. 4. ТУР «ЗНАТОКИ»

Сейчас мы с вами отправляемся попутешествовать по нашему любимому Нижнекамску. На слайдах будут появляться достопримечательности нашего города, вы должны будете угадать, что это за место. За каждое правильно угаданное место вы будете получать один балл.

Приложение 1

Бланк с ответами для судьи «игры юных патриотов»

Тур №1 «Разминка».

№	Правильный ответ
1 вопрос	Дню создания красной армии
2 вопрос	День народного единства, который отмечается 4 ноября
3 вопрос	9 декабря в России чествуют Героев Российской Федерации, Героев Советского Союза, всех, кто совершал подвиг в бою или в мирной жизни и был отмечен высшими знаками отличия, а также гражданских специалистов, врачей, спасателей и учёных, которые предотвратили катастрофы или спасли людей в критических ситуациях
4 вопрос	22 августа

Тур №2 «Символика».

№ вопроса	Правильный ответ
1 вопрос	Перевернуть изображение по горизонтальной оси
2 вопрос	Пропущенные слова во втором куплете Гимна 2. От южных МОРЕЙ до полярного КРАЯ Раскинулись НАШИ леса и ПОЛЯ . Одна ты на СВЕТЕ! Одна ты ТАКАЯ - Хранимая БОГОМ родная ЗЕМЛЯ! Припев: Славься, ОТЕЧЕСТВО наше свободное, Братских НАРОДОВ союз ВЕКОВОЙ , Предками данная МУДРОСТЬ народная! Славься, СТРАНА! Мы гордимся ТОБОЙ!

Тур №3 «Загадочная коробка».

№ вопроса	Правильный ответ
1 вопрос	пилотка
2 вопрос	крапива

3 вопрос	город Москва
4 вопрос	метро

Раунд №4 «Знатоки».

№ вопроса	Правильный ответ
1 вопрос	Парк «Велики»
2 вопрос	Монумент Победы
3 вопрос	городской Музей
4 вопрос	Набережная

Сводный бланк для счетной комиссии

№ команды	1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	итог
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Бланки для ответов командам участникам

Номер команды _____

Тур №1 «Разминка».

№	Правильный ответ
1 вопрос	
2 вопрос	
3 вопрос	
4 вопрос	

Тур №2 «Символика».

№ вопроса	Правильный ответ
1 вопрос	
2 вопрос	<p>Пропущенные слова во втором куплете Гимна</p> <p>2. От южных _____ до полярного _____</p> <p>Раскинулись _____ леса и _____.</p> <p>Одна ты на _____! Одна ты _____ -</p> <p>Хранимая _____ родная _____!</p> <p>Припев:</p> <p>Славься, _____ наше свободное,</p> <p>Братских _____ союз _____,</p> <p>Предками данная _____ народная!</p> <p>Славься, _____! Мы гордимся _____!</p>

Тур №3 «Загадочная коробка».

№ вопроса	Правильный ответ
1 вопрос	
2 вопрос	
3 вопрос	
4 вопрос	

Раунд №4 «Знатоки».

№ вопроса	Правильный ответ
1 вопрос	
2 вопрос	
3 вопрос	
4 вопрос	
5 вопрос	