

**Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Краснокаменский медицинский колледж»**



**Социальный волонтерский проект по пропаганде  
здорового образа жизни**

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

**г. Краснокаменск**

*Добрый человек не тот, кто умеет делать добро, а тот,  
кто не умеет делать зла...*

*В.О.Ключевский*

**Название проекта:** «Мы выбираем здоровый образ жизни!»

**Направление проекта:** пропаганда здорового образа жизни, профилактика курения, алкоголизма, употребления наркотиков, улучшение морально-психологического состояния граждан.

**Аннотация проекта:**

Проект «Мы выбираем здоровый образ жизни!» разработан для формирования мотивации и стереотипа здорового образа жизни у населения города Краснокаменск посредством проведения различных мероприятий студентами ГПОУ «Краснокаменский медицинский колледж», состоящими в волонтерском отряде. Суть проекта состоит в его мобильности, масштабности, единстве идеи, что немаловажно в решении нестабильных медико-социальных проблем современного общества.

Реализация проекта осуществляется несколькими способами:

1. Проведение тематических мероприятий с учетом ориентации социально-обусловленных потребностей учащихся школ и населения города в современных условиях.

2. Проведение мастер-классов по вопросам профилактики заболеваний.

3. Организация спортивно-массовых мероприятий с целью пропаганды здорового образа жизни и демонстрации противостояния спорта вредным привычкам.

4. Разработка агитационного материала в виде цветных, хорошо иллюстрированных буклетов, памяток, инструкций, содержащих медико-социальную рекламу, и распространение его в ходе реализации проекта.

Предполагаемый результат по окончании проекта – улучшение медико-социальной обстановки, формирование доминанты на ведение здорового образа жизни, повышение уровня и качества знаний в вопросах профилактики заболеваний среди населения города Краснокаменск.

**Актуальность проблемы:**

Здоровье подрастающего поколения в любом обществе является важнейшей проблемой, так как оно определяет генофонд нации, будущее государства. Проблема формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья населения, создание условий и формирование мотивации для ведения

здорового образа жизни - одна из приоритетных задач демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года.

Учитывая сложные условия экономического и социального развития государства, низкий уровень просветительской работы с населением, формируются характерные проблемы в медико-социальной среде. Сидячий образ жизни, плохое, некачественное питание, вредные привычки, пассивность населения при оказании первой доврачебной помощи неблагоприятно влияют на медико-социальную обстановку г. Краснокаменск. Обстановка усугубляется отсутствием знаний об источниках получения систематизированной, актуальной информации о данной проблеме.

В этой связи есть все основания для популяризации здорового образа жизни, характеризующегося свободой от вредных привычек и ориентацией на сохранение и укрепление здоровья людей.

Масштаб и темпы роста алкоголизма и наркомании свидетельствуют о необходимости привлечения к этой работе широких слоев общественности. В связи с этим развитие молодежного волонтерского движения по пропаганде здорового образа жизни является значимым направлением воспитательной работы в ГПОУ «Краснокаменский медицинский колледж».

Реализация данного проекта позволяет сформировать мотивацию и стереотип здорового образа жизни, расширить круг лиц, вовлеченных в процесс его формирования, усовершенствовать знания и практические навыки в области здоровьесбережения.

Осознавая свою роль как будущих специалистов в решении вопросов по сохранению и укреплению здоровья населения, члены волонтерского отряда колледжа активно участвуют в мероприятиях, направленных на пропаганду здорового образа жизни. Волонтерами проводятся лекции, беседы с учащимися школ и населением города, акции по профилактике ВИЧ-инфекции и других заболеваний, распространяются листовки, буклеты и др.

Залогом успешного развития нашего общества является здоровье подрастающего поколения. Вопрос формирования, сохранения, укрепления здоровья детей, подростков, учащейся молодежи имеет особую социальную значимость, так как от этой категории населения зависит здоровье нации. Поэтому особое внимание волонтеры колледжа уделяют пропаганде здорового образа жизни среди молодежи города.

Практика показывает, что эффективность мероприятий, проводимых волонтерами, зачастую оказывается очень высокой. Не менее важен психологический аспект: при проведении акции «равный-обучает-равного» студенты-волонтеры, ведущие здоровый образ жизни, выступают в качестве

репрезентативной группы, формируя здоровую систему ценностей. К тому же информация, полученная от сверстников, вызывает больше доверия.

Данная работа складывается из предоставления иллюстративного материала, информационного сообщения с мультимедийной презентацией, демонстрации видеороликов по заявленной проблеме, организации дискуссии, мастер-классов, спортивных соревнований и других мероприятий. Завершением работы является обратная связь с аудиторией слушателей, во время которой предлагается задать вопросы, высказать свои пожелания относительно дальнейшей встречи.

1 декабря 2016г. состоялась массовая акция «Знать, чтобы жить!», приуроченная к Всемирному Дню борьбы со СПИДом.



01.12.2016г. организована тематическая беседа с учащимися муниципальных общеобразовательных учреждений города «Скажи СПИДу - НЕТ!»



31 мая в рамках Всемирного дня без табака прошла массовая акция для населения «Табак – угроза для развития»





15.09.2017г. организовано и проведено спортивное мероприятие «День Здоровья» для студентов ГПОУ «Краснокаменский медицинский колледж»



26 сентября была организована акция «Сделай сердце сильнее!»



13 октября 2017г. состоялась акция к Всемирному дню борьбы с раком молочной железы



Волонтерское движение оказывает неоценимую помощь в формировании личных качеств (компетенций) будущего специалиста среднего медицинского звена.

#### **Обоснование социальной значимости проекта:**

Для того чтобы профилактика социально-значимых заболеваний стала эффективной, необходимы усилия администрации и педагогов колледжа, медицинских работников, но в первую очередь самой молодежи, так как она является наиболее активной и динамичной группой, обладающей собственными склонностями и интересами, своими взглядами на жизнь и собственное будущее. К сожалению, большинство молодых людей остаются пассивными, ошибочно считая, что не в состоянии привнести позитивные изменения в жизнь города.

#### **Основные целевые группы, на которые направлен проект:**

Учащиеся муниципальных общеобразовательных учреждений и взрослое население города Краснокаменск.

### **Цель проекта:**

Формирование и утверждение позитивного отношения молодежи к здоровью, способствующего улучшению морально-психологического состояния граждан, повышение грамотности в вопросах профилактики курения, алкоголизма, употребления наркотиков и других заболеваний.

### **Задачи проекта:**

- привлечение внимания населения к актуальности ведения здорового образа жизни и формированию активной гражданской позиции;
- разработка перспективных форм работы и эффективное внедрение мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний;
- создание условий для получения целевыми аудиториями углубленных знаний в сфере здорового образа жизни;
- организация и проведение мероприятий, посвящённых тематике проекта, в целевых аудиториях.
- повышение информированности подростков и молодёжи о ведении здорового образа жизни и отказе от вредных привычек;
- предоставление учебно-методических материалов и разработок всем заинтересованным лицам;
- анализ выполненной работы с учетом качественных и количественных критериев;
- приобретение студентами практического опыта работы с аудиторией, необходимого для ведения санитарно-просветительской работы в будущей профессиональной деятельности.

Для реализации проекта были определены следующие **направления деятельности:**

1. Исследование факторов влияния на ценностные ориентации молодежи и формирование через изучение данных факторов ценностного отношения к своему здоровью.
2. Вовлечение молодежи в общественную, спортивную, творческую жизнь. Проведение различных мероприятий, направленных на повышение интеллектуального потенциала и пропаганду здорового образа жизни среди населения.
3. Повышение информационной осведомленности граждан о социально-значимых заболеваниях, таких как наркомания, табакокурение, ВИЧ-инфекции, алкоголизм, девиантное поведение.



4. Содействие органам местного самоуправления в интеллектуальном, творческом и физическом развитии молодёжи; реализации общественно-полезных студенческих и молодёжных инициатив.

**Временные условия реализации проекта:**

Общая продолжительность проекта – 12 месяцев.

**Исполнители и партнеры проекта:**

- студенты, входящие в состав Волонтерского отряда и преподаватели ГПОУ «КМК»;
- специалисты ГАУЗ «КБ №4»;
- сотрудники Краснокаменского ДоброЦентра Забайкальского отделения Всероссийской общественной организации «Союз Добровольцев России»;
- Городская библиотека №2;
- Муниципальное автономное учреждение культуры Районный дом культуры «Строитель» муниципального района «Город Краснокаменск и Краснокаменский район» Забайкальского края;
- Муниципальное бюджетное учреждение культуры и спорта «Краснокаменский культурно-спортивный центр».

**Ресурсное обеспечение программы:**

При реализации проектных мероприятий используются финансовые, кадровые, материально-технические ресурсы исполнителя и партнеров.

**Содержание проекта**

<b>№ п.п.</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Описание мероприятия</b>	<b>Сроки реализации</b>
1	Изучение нормативно-правовой базы	Изучение инициативной группой ГПОУ «Краснокаменский медицинский колледж» новой и актуальной нормативно-правовой документации, соответствующей цели и задачам проекта	Не позднее 1,5 месяцев до начала мероприятий
2	Определение круга партнеров для реализации и	Организация взаимодействия с представителями местных органов власти (органы	Не позднее 1 месяца до начала

	поддержки программы проекта на территории г. Краснокаменск	здравоохранения и образования), сотрудниками подразделений и учреждений, компетентных в вопросах оказания помощи с целью поддержки и реализации проекта	мероприятий
3	Разработка содержания мероприятий с учетом интересов партнеров на определенный временной период	Разработка содержания плана мероприятий с учетом медико-социальных проблем	Не позднее 3 недель до начала мероприятий
4	Разработка сметы расходов		Не позднее 2 недель до начала мероприятий
5	Организация и подготовка инициативной группы волонтеров	Организационное собрание инициативной группы волонтерского отряда ГПОУ «КМК», подготовка волонтеров к реализации запланированных мероприятий	Не позднее 1 месяца до начала мероприятий
6	Разработка и изготовление агитационного материала	Разработка и изготовление методического материала, тематических буклетов, брошюр с кратким описанием мероприятий по сохранению и укреплению здоровья, профилактике вредных привычек, пропаганде ЗОЖ	Не позднее 2 недель до начала мероприятий
7	Закупка расходных материалов и канцелярских принадлежностей, необходимых для реализации плана мероприятий проекта	Закупка расходных материалов для проведения теоретических занятий, мастер-классов, спортивных соревнований и других мероприятий	Не позднее 1 месяца до начала мероприятий
8	Анонсирование мероприятий с СМИ, соц.сетях, официальном сайте	Размещение информации на официальном сайте ГПОУ «Краснокаменский медицинский колледж», соц.сетях и иных СМИ	Не позднее 3 дней до начала мероприятий

9	Реализация проекта, анкетирование целевых групп	Проект реализуется согласно утвержденного плана проведения мероприятий, анкетирование не менее 80, 0% участников с целью последующего анализа эффективности реализуемого проекта	На протяжении всего срока реализации проекта
10	Подготовка отчетной документации	Проведение анализа эффективности реализуемого проекта путем оценки качественных и количественных показателей, сдача отчета по проекту	В течение 10 дней после окончания проведения мероприятий
11	Разработка предложений и рекомендаций по совершенствованию методик проведения мероприятий	С учетом результатов анализа эффективности проекта по качественным и количественным показателям, разрабатываются предложения и рекомендации по совершенствованию методик проведения мероприятий с целью повышения эффективности работы волонтерского отряда колледжа	Не позднее 1 месяца после окончания проведения мероприятий
12	Освещение результатов проведенных мероприятий в СМИ, проведение отчетной конференции	Освещение результатов проведенных мероприятий на официальном сайте ГПОУ «Краснокаменский медицинский колледж», газете «Слава труду» и иных СМИ	В течение всего периода реализации проекта
13	Поиск грантов для последующей работы в данном направлении	Поиск грантов для последующего проведения мероприятий данного направления населением города Краснокаменск	В течение всего периода реализации проекта

## Оценка конкретных ожидаемых результатов

№ п.п.	Количественные результаты	Качественные результаты (как изменится ситуация при этом)
1	Расширение круга лиц, вовлеченных в процесс формирования здорового образа жизни	Привлечение внимания населения г. Краснокаменск к актуальности ведения здорового образа жизни и формированию активной гражданской позиции
2	Увеличение числа учащихся, отказавшихся от вредных привычек	Формирование мотивации и стереотипа здорового образа жизни у учащихся муниципальных общеобразовательных учреждений города
3	Увеличение числа лиц, владеющих информацией по профилактике различных заболеваний	Приобретение населением города базовых навыков проведения профилактических мероприятий



План мероприятий по реализации проекта

№ п.п .	Наименование мероприятия	Примерные сроки реализации	Ответственные
1	Изучение отношения и склонностей студентов ГПОУ «КМК» к вредным привычкам	Октябрь	Члены Волонтерского отряда
2	Конкурс буклетов среди студентов ГПОУ «КМК» «Я выбираю здоровый образ жизни»	Ноябрь	Члены Волонтерского отряда
3	Выпуск и распространение буклетов, листовок, стенгазет о здоровом образе жизни среди населения г. Краснокаменск	В течение года	Члены Волонтерского отряда
4	Тематическое мероприятие, посвященное Всемирному дню борьбы со СПИДом «Скажи жизни - ДА», организованное городской библиотекой №2 для студентов ГПОУ «КМК»	Декабрь	Заведующий библиотекой
5	Проведение акции по «ЗОЖ» в ГОУ «Краснокаменский детский дом»	Декабрь	Члены Волонтерского отряда КДЦ Забайкальского отделения ВОО «Союз Добровольцев России»
6	Профилактическая беседа, приуроченная к международному Дню борьбы с наркобизнесом, организованная городской библиотекой №2 для студентов ГПОУ «КМК»	Март	Заведующий библиотекой
7	Выпуск видеоролика к Всемирному Дню здоровья «ЗОЖ – правильный выбор»	Апрель	Члены Волонтерского отряда
8	Организация и проведение акции «Молодежь и здоровье» для населения г. Краснокаменск в форме флешмоба	Апрель	Члены Волонтерского отряда
9	Организация и проведение спартакиады	Апрель	Члены

	«Спорт против вредных привычек» среди молодежи города		Волонтерского отряда МБУКиС «Краснокаменский культурно-спортивный центр»
10	<p>Проведение профилактических бесед среди учащихся СОШ города:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— профилактика вредных привычек;</li> <li>— профилактика нарушения осанки;</li> <li>— оказание первой помощи при травмах;</li> <li>— здоровое питание - залог здоровья</li> </ul>	В течение года	Члены Волонтерского отряда Преподаватели колледжа
	<p>Участие в акциях совместно с специалистами отделения профилактики ГАУЗ «КБ №4» участие в акциях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Акция «Всемирный день борьбы против рака» (4 февраля);</li> <li>— Акция «Всемирный день борьбы против туберкулеза» (24 марта);</li> <li>— Акция «Всемирный день борьбы со СПИДом» (1 декабря)</li> <li>— Акция «День здорового питания» (2 июня)</li> <li>— Акция «Единый день профилактики вредных привычек» (15 ноября)</li> <li>— Акция «Всемирный день сердца» (30 сентября)</li> </ul>	В течение года	Члены Волонтерского отряда ГАУЗ «КБ №4»
11	Развлекательная программа «Молодежь мира за ЗОЖ»	Май	Члены Волонтерского отряда МАУК РДК «Строитель»