**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ**

**ЩЕПКИНСКОГО СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ**

**«ОКТЯБРЬСКИЙ СДК»**

1. **Профилактика асоциальных явлений в обществе**

**и формирование здорового образа жизни.**

«Под одной огромной крышей вместе жить нам веселей, главное беречь здоровье и друг к другу быть добрей» - под таким девизом проходят мероприятия по профилактике асоциальных явлений. В основном это дети, подростки и молодёжь. Для них в СДК Щепкинского поселения постоянно работает любительские клубы по теннису, имеются в арсенале бадминтон, спортивный инвентарь: мячи, обручи, скакалки.

В массовые мероприятия обязательно включаются спортивные соревнования: силовые ( на поднятие гири, канат, борьба). Что очень активно принимается молодежью.

Ряд спортивных мероприятий прошло ко Дню Победы, Дню России, во всемирный Олимпийский день. Провели спортивные эстафеты «Зимние забавы», спортивно-развлекательные «Озорные матрёшки», «Весенний калейдоскоп». Спортивные программы «Весёлый мяч», «Растите сильными и красивыми», «Всей семьёй со спортом дружим», «Мы - команда».

5 мая прошел спортивный марафон под лозунгом «Спасибо , Вам за нашу

жизнь». На площади перед СДК п. Октябрьский молодежная команда « Спортивный Дон» тренер Королев Владимир, представила свои достижения в таком виде спорта как «Стронгмен» или как его еще называют «Силовой экстрим», « Упражнения силачей». Силовой вид спорта, который привлекает зрителей своей зрелищностью, включающий упражнения характеризующиеся сложностью, требующие выносливость и взрывную силу. Спортсмены выполняли упражнения с оригинальными снарядами, такими как колёса грузовиков, газовые баллоны, трубы и гири.. Упражнения были нацелены на наибольшее количество повторений, на поднятие наибольшего веса или на скоростное преодоление дистанции с большим грузом на плечах . По очереди участники выполняли упражнения: кантовка колеса весом 280 кг, коромысло весом 156 кг, становая тяга весом 130кг, жим штанги стоя весом 60 кг.. Подумать только какую тяжесть способны поднять стронгмены. Почти все упражнения отличаются экстраординарностью и оригинальностью. Все тренажеры были изготовленные своими силами участниками команды «Спортивный Дон», которые оборудовали самостоятельно подвальное помещение СДК под спортивный зал. В летний период, тренировки и показательные выступления по «Стронгмену» проводятся на площади перед СДК, демонстрируя нам и самим себе силу, выносливость и волю к победе. (фото см.Приложение №7)

 Большое внимание уделяем борьбе с курением и наркоманией. Накопительная папка с материалом о вреде наркомании и табакокурения всегда на виду у посетителей. Регулярно проводим индивидуальные и групповые беседы «Жизнь бесценна» , « как не стать жертвой наркомании». Провели тематический вечер «Дорога в никуда», час интересной информации «Береги себя для жизни», «Курить- здоровью вредить», антитабачную дискотеку «Давай затушим сигарету». В СДК п. Щепкин прошла профилактическая беседа о вреде курения, для организма человека, а затем курящим жителям поселка дети предложили обменять сигарету на конфету, с пожеланием не курить, а кушать конфеты. Все собранные сигареты, дети собственноручно ломали и выбрасывали в мусор.

 Молодежь СДК .п Элитный и СДК п. Красный приняли участие в районном фестивале «Скажи наркотикам –нет» с песней «Здоровый образ жизни», а также в конкурсе на лучшее оформление стен газет.

 Во всемирный Олимпийский день в СДК п. Красный, состоялись спортивные состязания «Игры, которых нет на Олимпиаде». Программа состояла из эстафетных соревнований и одиночных. Это были спортивная ходьба и прыжки в длину, бег на коньках (коньки заменяли большие калоши), бобслей (крепкие мешки). Велогонки (велосипед-гимнастическая палка), метание разноцветных олимпийских колец и луковое метание, футбокс и др. Повеселились на славу. Все участники согласились, что самая главная награда - это хорошее настроение и отличное здоровье.(фото см.Приложение№7.1)

 В СДК п. Октябрьский, на площади, для молодежи и всех желающих прошли «Олимпийские игры -2017». В программе участвовали участники команды «Вольный Дон», а так же молодежь поселка. В спортивные эстафету входили не только упражнения на поднятие веса, а так же забег на время, катание колеса, борьба на руках и т.д. Праздник открывался зажжением «Олимпийского огня», двумя греческими богинями. Гости праздника смогли вспомнить историю «Олимпийских игр», приняв участие в викторине. .(фото см.Приложение№7.2)

 Ко Дню России прошло спортивный праздник «Спортивная Россия», в ходе мероприятия все желающие могли принять участие в турнирах по шахматам и настольному теннису, в армреслинге - "борьба на руках". Для детей проводилась детская спортивная эстафета. Активные участники были награждены благодарственными письмами. .(фото см.Приложение№7.3)

 Этой же цели самую добрую службу сослужил факт создания поселковой футбольной команды, которая собственно и возникла благодаря усилиям сотрудников СДК. К празднику 1 мая между любительскими командами поселка Щепкин и поселка Октябрьский, состоялся товарищеский матч на стадионе в поселке Щепкин. Поскольку праздник «Мир, Труд, Май» в матче победу одержала дружба! Перед матчем заведующая СДК и дружина казаков провела с молодежью профилактическую беседу по развитию молодежи, ее образа жизни. Были выслушаны пожелания и отзывы молодежи о работе СДК, а так же были собраны средства между участниками, для восстановления бетонного порога перед домом культуры в СДК п. Щепкин. .(фото см.Приложение№7.4)

 Так же активно вдет работу клуб любителей по фитнесу ( кардио- тренировки) «Долголетие», с количеством участников 20 человек, в возрасте от 30-50 лет. Тренировки проходят как в зале СДК п. Октябрьский , так и на стадионе. .(фото см.Приложение№7.5)

Для всех желающих быть здоровыми проводятся «Социальные зарядки», где любой может не только принять участие, но и попробовать себя в роли тренера, провести свою зарядку.Таким способом привлекают работники СДК п. Щепкин жителей поселка следить за здоровьем. Хочется отметить, что данный вид зарядки, положительно отозвался у жителей, активно принимают участие не только дети, но и люди пожилого возраста. «Социальная зарядка» проводится в летний период с утра, на площадке СДК п. Щепкин, зимнее время в здание СДК.