

Проект «Школа — территория ЗОЖ!»

1. Актуальность проекта

Эффективность обучения детей в школе во многом зависит от состояния здоровья. Здоровые дети творчески активны, самостоятельны, работоспособны, но, к сожалению статистика сегодняшнего дня, говорит о катастрофическом снижении уровня здоровья детей и молодежи. Только 15% детей сегодня рождаются практически здоровыми.

Важнейшим условием деятельности по формированию ответственного отношения к своему здоровью является мониторинг состояния здоровья учащихся школы.

Идея здоровьесбережения учащихся является «красной нитью» национального проекта «Образование», Федеральных государственных образовательных стандартов. Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно. Особенно актуальна эта проблема школы, что связано с кардинальными изменениями в привычном укладе жизни ребёнка, освоением им новой социальной роли «ученик».

Согласно стандартам ФГОС, каждого уровня, дано описание «портрета выпускника», где указаны характеристики в области безопасности жизнедеятельности, в частности, выпускник должен:

- выполнять правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни (НОО);
- выполнять правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды (ООО).

Всё это обеспечивает формирование знаний, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, заинтересованного отношения к собственному здоровью, знание негативных факторов риска здоровья и т.д. .

Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Здоровая нация - элемент нашего развития патриотизма.

Чем же следует наполнить образ жизни, чтобы он стал здоровым? Необходимо организовать ЗОЖ, опираясь на следующие принципы, которые сформулировал Н. К. Смирнов:

1. «Не навреди!» - все применяемые методы, приёмы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.
2. Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося - всё используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.
3. Непрерывность и преемственность - работа ведётся не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке.
4. Субъект - субъектные взаимоотношения - учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.
5. Успех порождает успех - акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.
6. Активность - активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления

Важнейшее направление воспитательной работы в образовательном учреждении - формирование у школьников здорового образа жизни, ценностного отношения к здоровью своему и окружающих.

Воспитывать сознательное отношение к своему здоровью - вот главная задача. Ведь главное богатство государства - это здоровье его граждан.

Только объединив усилия всех заинтересованных лиц - педагогов и медиков, психологов и родителей, руководителей детских движений и ученых, государственных служащих и бизнесменов - можно воплотить в жизнь педагогику здоровья - реальную, живую, интересную и полезную всем участникам

школьной жизни. И специалисты, и педагоги, и организаторы школьного воспитания отмечают растущую потребность в эффективных технологиях, ориентированных на формирование у школьников ценностей и навыков здорового образа жизни.

2. Цель и задачи проекта

Цель: формирование у обучающихся всех возрастов понимания значимости здоровья, для собственного самоутверждения.

Задачи:

1. Создавать условия для формирования у обучающихся культуры сохранения здоровья.
2. Воспитывать ответственное отношение школьников к своему здоровью.
3. Формировать умение противостоять негативному давлению социума.
4. Формировать устойчивую мотивацию к отказу от табакокурения, употребления алкоголя, наркотиков
5. Активизировать физическую активность, как составную часть здорового образа жизни.
6. Организовать повышение квалификации педагогов по теории и практике воспитания здорового образа жизни.
7. Приобщить родителей обучающихся к организации спортивно - массовой работы в школе.

3. Партнёры проекта

Долинская ВА

4. Целевая группа проекта

Проект адресован обучающимся 1 - 9 классов, родителям, педагогам. Педагогическая профилактика должна начинаться раньше, чем у ребёнка возникнет желание познакомиться с психоактивными веществами (ведь и профилактические прививки делают тогда, когда возможности заражения ещё нет). Наиболее подходящим специалисты-психологи считают младший школьный возраст. Дело в том, что именно в этом возрасте дети впервые получают информацию о существовании веществ, способных особым образом влиять на настроение. В этом же возрасте некоторые дети пробуют курить, впервые знакомятся с алкоголем. Поэтому важно, чтобы ребёнок заранее был подготовлен к восприятию различных аспектов явления.

В среднем школьном возрасте следует продолжить данную работу, но формы и методы, конечно изменятся. Потому что большое место в жизни школьника данного возраста занимает школа и учение. Но школа для подростка - это не столько учебная работа, сколько ситуация общения с одноклассниками, сверстниками, педагогами. Это связано с тем, что ведущая деятельность подростков - это общение.

Подростковый возраст характеризуется формированием творческого, самостоятельного и критичного мышления. Учащимся в этом возрасте по плечу различные творческие дела. Они требуют от внеурочной работы творчества помноженного на активность. Разноплановые мероприятия по формированию здорового образа жизни - это один из способов помочь личности реализоваться, найти своё место в социуме, получать удовлетворение от жизни и деятельности.

Проект вовлекает учителей в овладение здоровьесберегающими технологиями, а школьников разных возрастов и физических возможностей в увлекательные события, конкурсы, акции, сосредоточенные вокруг центральной темы проекта - темы здорового образа жизни.

5. Механизм реализации проекта

Для реализации поставленной цели необходимо использовать комплекс различных методов и форм профилактической работы, соответствующий ресурсам школы.

В школе необходима организация следующих мероприятий:

- активизация деятельности уже существующего волонтерского отряда через направление - формирование здорового образа жизни;
- проведение внутришкольных и межшкольных обучающих семинаров, внедрение обучающих программ;
- взаимодействие общеобразовательного учреждения, родительского актива, медицинского учреждения в целях предотвращения распространения и употребления ПАВ детьми.

Основные образовательно - воспитательные формы и методы профилактической работы можно объединить в блоки:

1. Информационный блок:

- лекции;
- создание наглядных пособий (раздаточный материал, буклеты, рисунки);
- использование аудио - визуальных средств (фильмы, мультипликация).

2. Интерактивный блок:

- групповая работа (дискуссии, круглые столы, конференции);
- обучение практикой (ролевые игры, спектакли, агитбригады, тренинги);
- выступление в роли обучающего (волонтерское движение).

3. Спортивно - массовая работа:

- спортивные праздники, соревнования;
- личный пример;
- вовлечение родителей в совместную деятельность по воспитанию ЗОЖ.

6. Ресурсное обеспечение

1. Материально - техническая база:

- спортивный зал;
- спортивное оборудование;
- спортивная площадка;

1. Методическое обеспечение:

Программы профилактики злоупотребления психоактивными веществами:

- Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С. «Полезные привычки. Программа для начальной школы по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми».
- Майорова Н. П., Чепурных Е. Е., Шурухт С. М. «Обучение жизненно важным навыкам. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами в среднем школьном и старшем подростковом возрасте».

1. Кадровое обеспечение:

- заместитель директора по воспитательной работе;
- мед.сестра;

- педагог-психолог;
- социальный педагог;
- учитель физической культуры;
- классные руководители;
- библиотекарь.

Для реализации проекта школа располагает необходимыми ресурсами.

1. Сроки реализации проекта

I этап - подготовительный. Август 2021 г.

Разработка организационных мероприятий

II этап - практический. Сентябрь 2021 г. - май 2022 г.

Практическое осуществление проекта.

III этап - обобщающий. Июнь 2022 г.

Анализ и систематизация полученных результатов.

8. Подробный календарный план работы по всем обозначенным направлениям					
№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Краткое описание мероприятия	Участники	Ответственные
Блок «Педагогика здоровья»					
1.	Педсовет «Организация учебно-воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья обучающихся»	28. 08. 2021	Системный анализ педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья школьников и определение путей и способов совершенствования работы в данном направлении.	Педагоги школы	Директор школы
2.	Деловое совещание «Роль педагога в формировании обучающихся ценностного отношения к здоровью»	05. 11. 2021	Обеспечение педагогов информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.	Педагоги школы	Директор школы
3.	Методический бюллетень «А я делаю так!»	1. 02. 2022	Оригинальные методические находки педагогов по	Педагоги школы	Заместитель директора по ВР

			формированию ЗОЖ обучающихся		
5.	Семинар - практикум для классных руководителей «Защитим наших детей от беды»	07. 04. 2022	Открытые классные часы	Педагоги школы	Заместитель директора по ВР, классные руководители
Блок «Умей сказать «нет!»					
1.	Тематические классные часы по программам: «Полезные привычки», «Обучение жизненно важным навыкам»	В течение учебного года	Занятия в рамках классных часов по программам профилактики употребления ПАВ в соответствии с возрастными особенностями школьников.	Обучающиеся 1 - 4 кл. Обучающиеся 5 - 9 кл.	Классные руководители 1 - 4 кл. Классные руководители 5 - 9 кл.
2.	Агитбригада «Хочешь быть спортсменом отличным? Борись серьезно с вредной привычкой!»	07. 04. 2022	Волонтерский отряд «Горячие сердца» готовит выступление.	Обучающиеся 7 - 9 кл.	Заместитель директора по ВР
3.	Конкурс рисунков «Жить здорово - здорово»	07. 12. 2022	Создание рисунков, демонстрирующих ценность здоровья.	Обучающиеся 1 - 4 кл.	Организатор, классные руководители
4.	Научно - практическая конференция «Умеем ли мы быть здоровыми?»	19. 03. 2022	Номинации: - Писатели о здоровье; - Моё здоровье; - Азбука здорового питания; - Береги здоровье смолоду.	Обучающиеся 3 - 9 кл.	Заместители директора по УВР и ВР.
5.	Конкурс «Самый здоровый класс»	В течение учебного года	Критерии оценки: - участие класса в спортивно - оздоровительных мероприятиях школы;	Обучающиеся 1 - 9 кл.	Заместитель директора по ВР

			<ul style="list-style-type: none"> - привлечение родителей к работе по пропаганде ЗОЖ; - пропуски уроков по болезни; - организация классом внеклассных спортивно-оздоровительных дел; - организация походов, экскурсий, прогулок; - занятость обучающихся в спортивных секциях; - организация в классе утренней зарядки; - наличие у обучающихся вредных привычек. 		
Блок «В здоровом теле - здоровый дух»					
1.	Спортивный праздник «Выше, дальше и быстрее»	21. 10. 2021	Праздник проходит под девизом «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».	Обучающиеся 1 - 4 кл.	Классные руководители, старшая вожатая
Блок «Путь к здоровью»					
1.	Клуб «Секреты здоровья»	В течение года	<p>Два направления работы клуба:</p> <ul style="list-style-type: none"> - занятия физической культурой; - тематические занятия. 	Родители, педагоги школы	Фельдшер, учителя физической культуры, заместитель директора по ВР
Общешкольное родительское собрание «Здоровье обучающихся: проблемы и перспективы»					
1.	Дискуссия «Вредные привычки. Дети и родители»	18.11. 2021	Проходит в рамках международной недели отказа от курения.	Родители, обучающиеся	Заместитель директора по ВР
2.	Информационный стенд «Здоровье как стиль жизни»	В течение проекта	Стенд извещает и оперативно реагирует на события Проекта, с другой стороны, через материалы, подготовленные самими школьниками, расширяет	Обучающиеся, педагоги школы	Волонтёрский отряд «Горячие сердца»

			компетенцию детей в вопросах здоровья и ЗОЖ.		
--	--	--	--	--	--

9. Ожидаемые результаты

- Сформированность у обучающихся системы представлений о ЗОЖ.
- Повышение уровня культуры здоровья обучающихся и родителей.
- Повышение уровня знаний педагогов в вопросах использования здоровьесберегающих технологий в собственной педпрактике.
- Увеличение количества обучающихся со сформированной мотивацией на ЗОЖ.
- Увеличение количества обучающихся, отказавшихся от вредных привычек.
- Повышение уровня физической активности обучающихся.
- Создание медиатеки по формированию ЗОЖ (фотоальбомы, видеоролики, презентации).

10. Дальнейшее развитие проекта

Проект предлагает систему образовательно - воспитательных мероприятий, основанных на формировании устойчивой мотивации и развитии потребности школьников в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих.

Данный проект может реализовать любое общеобразовательное учреждение.

Проект «Школа – территория ЗОЖ» будет продолжен. Программы занятий по профилактике вредных привычек по классам составлены с возрастающим объёмом знаний, уровнем личностной и социальной компетенции, требуют продолжения.

Наиболее интересные общие дела могут стать традиционными в школе.

После реализации данного проекта школа может приступить к разработке и реализации более широкого проекта «Школа здоровья».

Список литературы:

1. Антропова М. В., Л. М. Кузнецова. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана - граф». 2002. с. 24.
2. Аршавский И. А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. М.: Наука.1992.
3. Бабенкова Е. А. Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие. АСТ. Астрель. М. 2003. с. 208.
4. Васильева, Д. Вредным привычкам места нет / Д. Васильева // Пока не поздно. - 2010. - № 11.
5. Горохова, Н. А. Организация здоровьесбережения в школе / Н. А. Горохова // ОБЖ. - 2010. - № 7. - С. 33-38. Здоровье учащихся.
6. Гритченко, Н.В. Основы физического воспитания, врачебного контроля и лечебной физической культуры / Н.В.Гритченко. - М.: Медицина, 1972. - 272 с.
7. Дик, Н. Ф.: Как прожить долгую и здоровую жизнь. - Ростов н/Д: Феникс, 2010
8. 10. Дичев, Т. Осторожно дети! / Т. Дичев // Спортивная жизнь России. - 2009. - № 10. - С. 19-21. О влиянии компьютеров и телевидения на здоровье детей и подростков.
9. Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С. «Полезные привычки. Программа для начальной школы по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми». /под ред. О. Л. Романовой - М., 1998. с. 28.
10. 10.Майорова Н. П., Чепурных Е. Е., Шурухт С. М. «Обучение жизненно важным навыкам. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами в среднем школьном и старшем подростковом возрасте». / Под ред. Н. П. Майоровой. - СПб., 2002.