

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

ФАП с. Нагорное.

4. Целевая группа проекта

Проект адресован обучающимся 1 - 9 классов, родителям, педагогам. Педагогическая профилактика должна начаться раньше, чем у ребёнка возникнет желание познакомиться с психоактивными веществами (ведь и профилактические прививки делают тогда, когда возможности заражения ещё нет). Наиболее подходящим специалистами-психологами 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 (волонтёрское 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;
- преподаватель-организатор;

- 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 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 определению путей и способов совершенствования работы в данном направлении. | Педагоги школы | Директор школы |
| 2. | Деловое совещание «Роль педагога в формировании у 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!» | 01.02. 2022 | Оригинальные методические находки педагогов по формированию ЗОЖ обучающихся | Педагоги школы | Заместитель директора по ВР |

| | | | | | |
|----------------------------------|---|-------------------------|---|--|--|
| 5. | Семинар - практикум для классных руководителей «Защитим наших детей от беды» | 07. 04. 2022 | Открытые часы классные | 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 возрастными особенностями школьников. | Обучающиеся 1 - 4 кл. Обучающиеся 5 - 9 кл. | Классные руководители 1 - 4 кл. Классные руководители 5 - 9 кл. |
| 2. | Акция «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; - привлечение родителей к работе по пропаганде ЗОЖ; - пропуски уроков по болезни; - организация классом | Обучающиеся 1 - 9 кл. | Заместитель директора по ВР |

| | | | | | |
|---|---|-------------------|---|-----------------------------|---|
| | | | 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 сберегу, сам себе я помогу». | Обучающиеся 1-4 кл. | Преподаватель-организатор, классные руководители |
| Блок «Путь к здоровью» | | | | | |
| 1. | Клуб «Секреты здоровья» | В течение года | Два направления работы клуба: - занятия физической культурой; - тематические занятия. | Родители, педагоги школы | Фельдшер ФАПа с. Нагорное, 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 компетенцию детей в вопросах здоровья и ЗОЖ. | Обучающиеся, педагоги школы | Волонтерский отряд «Горячие сердца» |

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. 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. 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.