

Проект «Здоровое поколение»

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков. Здоровье детей связано с условиями их жизни, особенностями обучения и воспитания, зависит от состояния здоровья их родителей, наследственности и даже профессии родителей. Для достижения гармонии с природой, с самим собой, с обществом необходимо учить заботиться о своем здоровье с детства. Этому также должны способствовать условия жизни, обучения, воспитания ребенка, строящиеся на принципах охраны и укрепления здоровья.

Важнейшее направление воспитательной работы в образовательном учреждении – формирование у школьников стремления к здоровому образу жизни, ценностного отношения к здоровью своему и окружающих. По мнению ведущих исследователей проблем детского здоровья во всем мире сложились неблагоприятные тенденции, определяющие негативное физическое, психическое и нравственное состояние детей и подростков.

Цель Проекта - повышение мотивации школьников к здоровому образу жизни, популяризация ценностей физической культуры и спорта, развитие субъектного, ответственного подхода к здоровью своему и окружающих.

Задачи проекта

- воспитание ценностного отношения школьников к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- развитие субъектного, ответственного отношения школьников к своему здоровью;
- повышение компетентности школьников в вопросах здоровья и здорового образа жизни;
- формирование у школьников устойчивой мотивации к отказу от табакокурения, употребления алкоголя, наркотиков;
- овладение умениями противостоять негативному давлению социума.
- привлечение внимания школьников к физической активности, как составной части здорового образа жизни;

Сроки реализации – 2012-2013 учебный год.

Заказчики – учащиеся МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 63» г. Рязани и их родители.

Участники проекта – учащиеся, родители и учителя МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 63» г. Рязани.

ПРОЕКТ состоит из 7 модулей:

1. Диагностический модуль

2. Старт проекта
3. Информационные стенды «Здоровье как стиль жизни»
4. Конкурс коллажей и плакатов «Быть здоровым – здорово!»
5. Месяц «Добрые привычки»
6. Месяц «Марафон здоровья»
7. Финал проекта

1. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

Период: в начале и в финале проекта

Цель - оценка и самооценка (мониторинг) состояния здоровья учащихся, «сканирование» представлений детей о ЗОЖ, выявление проблем в пропаганде здорового образа жизни, возможность оценки в финале проекта эффективности и роли специальных событий и мероприятий проекта

Содержание

1. Проведение диагностических исследований среди школьников (1-5 классах, 6-8 классах, 9-11 классах). Тема исследования – оценка школьниками состояния собственного здоровья, отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
2. Анализ анкет и подготовка общей аналитической записки по итогам анкетирования в начале и в финале проекта.

2. СТАРТ ПРОЕКТА «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

Цель - привлечения к проекту общего внимания и создания яркого эмоционального впечатления от старта

Содержание

1. Проведение линейки для объявления о событии, его цели и задачах, основных событиях.
2. Проведение радиопередачи
3. Оформление наглядной агитации

3. ИНФОРМАЦИОННЫЕ СТЕНДЫ «ЗДОРОВЬЕ КАК СТИЛЬ ЖИЗНИ»

Цель - создание постоянно действующей информационной поддержки проекта, извещающей и оперативно реагирующей на события Проекта, а также расширяющей компетенцию детей в вопросах здоровья и ЗОЖ

Содержание - создание _____ стендов «Здоровье как стиль жизни»

4. КОНКУРС ПЛАКАТОВ И КОЛЛАЖЕЙ «БЫТЬ ЗДОРОВЫМ – ЗДОРОВО!»

Цель - презентация в живой занимательной форме ценностей здоровья и здорового образа жизни, вовлечение школьников в осмысление темы здоровья, обогащение

«тематического» словарного багажа, умения оперировать в речи ценностными понятиями, связанными со здоровым образом жизни и культурой здоровья.

Реализация

1. Создание плакатов, фотоколлажей, карикатур на тему здоровья и нездоровья, здорового и нездорового образа жизни.
2. Презентация своих работ.

Сроки:

Начало проекта.

Подготовительный этап – 1 неделя.

Выставка в коридорах и классах школы – 1 неделя.

Подведение итогов, рефлексия – 1 неделя

5. МЕСЯЦ «ДОБРЫЕ ПРИВЫЧКИ»

Цель - закрепление ценностей здорового и нравственного образа жизни. Приобщение школьников к ЗОЖ.

Период - 1 месяц

1 НЕДЕЛЯ МЕСЯЦА Информационная неделя

- **Старт недели** - общая линейка или проведение информационных 5–ти минуток в каждом классе, размещение информации на школьном информационном стенде, радиопередача.

1-4 классы

- 5-ти минутки «Инфекция не пройдет!»
- Праздник-утренник «Полезные привычки – наши сестрички»
- Конкурс рисунков: «Полезные привычки – наши сестрички». Рисунки размещаются в классах и коридорах школы на 1 месяц – в конце месячника подводятся итоги и награждаются победители.

5 - 7 классы

- 5-ти минутки «Инфекция не пройдет!»
- Объявление Конкурса «Полезные привычки» (творческих работ - плакатов-коллажей) «У сигареты нет шансов!»

8 - 9 классы

- Подготовка и презентация проектов «Умеем ли мы быть здоровыми?» -
- Объявление Конкурса видео-фото-печатной социальной рекламы: «У алкоголя нет шансов!»
- Объявление подготовки к Судебному процессу над сигаретой.

10- 11 классы

- Тренинг психолога «Траектория полета» (помощь в составлении «индивидуальных траекторий развития»; акцент на влияние здоровья на жизненный путь старшеклассника, о необходимости режима дня и саморегуляции

2 НЕДЕЛЯ МЕСЯЦА Неделя ответственности

1- 4 классы

- 5-ти минутки «Инфекция не пройдет!»
- Классный час для младших школьников «Советы доктора Пилюлькина»
- Проведение лектория учащимися старших классов о безопасном поведении, профилактике инфекционных заболеваний, здоровом образе жизни

5 - 7 классы

- Классный час «Поведение без опасности» (встреча с интересным человеком)
- Подготовка работ для Конкурса «Полезные привычки» (творческих работ - плакатов-коллажей) и/или видео-фото-печатной социальной рекламы: «У сигареты нет шансов!» (антиникотинное направление конкурса)
- Проведение лектория учащимися старших классов о безопасном поведении, профилактике инфекционных заболеваний, здоровом образе жизни

8 - 9 классы

- Начало проведения «Судебных процессов»
- Подготовка работ для Конкурса видео-фото-печатной социальной рекламы: «У алкоголя нет шансов!»

10- 11 классы

- Тренинг: «Могу ли я сказать: нет!» (тренинг с психологом, возможно участие наркологов и т.д., посвященный навыкам уверенного поведения старшеклассника в сложных ситуациях, связанных с вовлечением в наркоманию, употребление алкоголя и т.д.)
- Подготовка и проведение лектория для младших школьников о безопасном поведении, профилактике инфекционных заболеваний, здоровом образе жизни

3 НЕДЕЛЯ МЕСЯЦА Занимательная неделя

1-4 классы

- Акция «Доброе утро» (5 мин в начале первого урока - некоторые упражнения для активации работы мозга: ушки потереть, поляризующее дыхание (вдохнуть одной ноздрей, выдохнуть другой и т.д), массаж пальцев и т.д.)
- Игра «Тропинки здоровья»:
- Проведение музыкальных перемен
- Проведение спортивно-развивающих игр
- Проведение лектория учащимися старших классов для младших школьников о правильном питании

5 - 7 классы

- Викторина «Я - правильный юзер»

- Классный час «Мы то, что мы едим!»
- Участие в музыкальных переменах
- Проведение лектория учащимися старших классов для младших школьников о правильном питании

8 - 9 классы

- Круглый стол «Еда без вреда»
- Кулинарный конкурс «Еда без вреда», на уроках технологии (предлагается в каждом классе приготовить 2-3 блюда из системы «здоровое питание» - дома с родителями или на уроках домоводства и презентовать его одноклассникам. Победитель поощряется.

10- 11 классы

- Презентационная сессия «Сохрани себя сам» (презентации школьников с использованием фактов жизни известных людей – Ф.Меркури, Р.Нуриева и т.д., ушедших из жизни от СПИДа) с участием специалистов по профилактике венерических заболеваний, ВИЧ, гепатита)
- Подготовка и проведение лектория для младших школьников о правильном питании

4 НЕДЕЛЯ МЕСЯЦА Финальная неделя

1-4 классы

- Акция «Доброе утро» (5 мин в начале первого урока - некоторые упражнения для активации работы мозга: ушки потереть, поляризирующее дыхание (вдохнуть одной ноздрей, выдохнуть другой и т.д.), массаж пальцев и т.д.)
- Музыкальные перемены
- Награждение победителей конкурса рисунков
- Проведение развивающих игр учащимися старших классов для младших школьников

5 - 7 классы

- День Добрых улыбок В этот день правилом в школе становится улыбка, тон задают ученики 5-7 классов.
- Подведение итогов Конкурса «Полезные привычки» (творческих работ - плакатов-коллажей) и/или видео-фото-печатной социальной рекламы: «У сигареты нет шансов!» Демонстрация итогов конкурса «У сигареты нет шансов!»
- Проведение развивающих игр учащимися старших классов

8 - 9 классы

- Акция «Послушай!...» (Предложить ребятам написать письмо сверстнику, который решил попробовать алкоголь или наркотик. Затем наиболее удачные письма наклеивают на большой лист и оставляют висеть в классе или коридоре)
- Подведение итогов Конкурса «Полезные привычки» (творческих работ - плакатов-коллажей) и/или видео-фото-печатной социальной рекламы: «У

сигареты нет шансов!» Демонстрация итогов конкурса «У сигареты нет шансов!»

10- 11 классы

- КВН на тему «Здоровый образ жизни»
 - Подготовка и проведение развивающих игр для младших школьников
- Рекомендации по проведению лекций и развивающих игр учащимися старших классов: ученики 11 классов могут работать в 7-8 классах; ученики 10 классов – в 6-7 классах, ученики 9 классов – у младших школьников, вплоть до 5 класса.

6. МЕСЯЦ «МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ»

Старт недели - общая линейка, размещение информации на школьном информационном стенде, радиопередача

1 НЕДЕЛЯ Кто здесь самый здоровый?!

1- 4 классы

- Помощь детям в ведении Дневника здоровья (как следить за своим режимом дня и т.д.).
- Смотр «Самый здоровый класс» (смотр проводится по показателям физической активности, соблюдения режима дня, заболеваемости в течение предыдущего школьного периода. Самый здоровый класс поощряется – например, грамотой)
- Проведение спортивно-развивающих игр
- Проведение классного часа «Ослепительная улыбка на всю жизнь»
- Музыкальные перемены

5 - 7 классы

- Смотр «Самый здоровый класс»
- Музыкальные перемены

8 - 9 классы

- Спортивный праздник «Мы выбираем спорт»
- Музыкальные перемены

10-11 классы

- Товарищеские встречи между классами по мини-футболу, волейболу и т.д.
- Дисотека: «Музыка против наркотиков!»
- Музыкальные перемены

2 НЕДЕЛЯ Веселые старты

1- 4 классы

- Соревнования «Веселые старты»
- Музыкальные перемены

5 - 7 классы

- Соревнования «Веселые старты»
- Музыкальные перемены

8 - 9 классы

- Спартакиада между классами
- Музыкальные перемены

10- 11 классы

- Соревнования по народным видам спорта
- Организация спортивных соревнований для младших (или вместе с младшими)

3 НЕДЕЛЯ Мобильный этикет

1- 4 классы

- Урок-беседа о мобильном телефоне и правилах пользования
- Музыкальные перемены

5 - 7 классы

- Акция: «Мой мобильный!».
- Музыкальные перемены

8 - 9 классы

- Круглый стол со специалистами – медиками о проблемах, связанных с мобильными телефонами и плеерами
- Подготовка писем-рекомендаций (плакатов и т.д.) для младших о правилах пользования мобильными телефонами

10- 11 классы

- Проведение игр для младших по правилам пользования мобильными телефонами и плеерами

4 НЕДЕЛЯ Финальная неделя

1- 4 классы

- Подведение итогов смотра «Самый здоровый!..»
- Музыкальные перемены
- Проведение турпохода, похода выходного дня - «Поход за здоровьем»

5 - 7 классы

- Подведение итогов смотра «Самый здоровый!..»
- Музыкальные перемены
- Игра "Тропинки здоровья"

8 - 9 классы

- Игра "Тропинки здоровья"

10-11 классы

- Организация чествования спортсменов школы и спортсменов – выпускников школы
- Проведение Олимпийской викторины
- Проведение турпохода, похода выходного дня - «Поход за здоровьем»

7. ФИНАЛ ПРОЕКТА «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

ЦЕЛЬ - подведение итогов, рефлексия и поощрение лучших участников.

Содержание - Проведение линейки для объявления об итогах реализации проекта.

В ходе работы над проектом формируются УУД:

- личностные (волевая саморегуляция,самоконтроль и самооценка, понять и принять точку другого,отличную от своей);
- метапредметные (анатомия тела, рациональное питание);
- предметные (знание основ здорового образа жизни, умение определять свой уровень физического развития, умение планировать индивидуальные тренировки).

Ожидаемые результаты.

- улучшение знаний детей о ЗОЖ;
- повышение мотивации к двигательной активности, здоровому образу жизни
- расширение опыта работы в классном коллективе;
- повышение уровня информированности о проблемах никотиновой, алкогольной и наркотической зависимости посредством проведения мероприятий, а также распространения буклетов, информационных листов, плакатов, рисунков;
- вовлечение в активную деятельность большого круга детей;
- повышение активности родителей в образовательном процессе, в укреплении здоровья детей и их физическом совершенствовании;
- накопление методической копилки школы по вопросам ЗОЖ;
- создание страницы сайта школы, посвященной ЗОЖ;
- выпуск ежемесячного методического журнала «Страницы здоровья».