# *ПРОЕКТ:*

# «ЗА ЗДОРОВЬЕМ – В ШКОЛУ»

Учитель физической культуры МБОУ СОШ №4 г. Советский

Ханты-Мансийский автономный округ – Югра

Лодягин В.В.,

высшая квалификационная категория

**Здоровье подростков** – забота общая. Последние статистические данные медицинских осмотров в российских школах свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние их здоровья ухудшается в 4 - 5 раз, поэтому проблемы сохранения здоровья учащихся, сегодня актуальны ( 70% часто болеющих, 23% редко болеющих, 7% здоровых).

Мы использовали такие нормативные документы как:

* выполнение норм СанПиН в процессе организации учебно-воспитательного процесса;
* Приказ МИН ОБР. РФ от 6.10.09 № 373( редакт.6.10.09№373) «Об утверждении и введении ФГОС начального и общего образования»,
* Стратегии развития физкультуры и спорта в РФ на период до 2020 года утвержд. УК РФ Правительством РФ 7 августа 2009года № -1101-Р,
* Федеральная Целевая программа « Развитие физкультуры и спорта в РФ на 2006-2015 год» ( утв.постановлением правительства РФ от 11января 2006 года №7),
* Всероссийский физкультурно- оздоровительный комплекс (одобрен на совместном заседании) 26.06 2013г и доработана…),
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 года № 889 "О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 года № 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования"(3час).

В нашей школе отдается приоритет такой важной проблеме, как осознанное отношение учеников старших классов к своему здоровью. Это связанно с тем, что современное общество перешло на рыночный уровень отношений. В связи с этим проходит стремительный ритм жизни людей, и им не хватает здоровья на выполнение жизненно значимых функций для их самих и государства. Соответственно государству нужно здоровое общество для реализации своих направлений, а обществу нужно здоровье, для репродуктивной работы на государство и просто для того, чтобы жить долгое врем. Здоровье - состояние организма, при котором правильно функционируют все его органы.

Почему мы взяли именно подростков? Потому что они не ставят вопрос о своем здоровье всерьёз. Отсюда вытекает проблема осознанного отношения к своему здоровью у старшеклассников. В основном на них влияет стресс перед выпускными экзаменами, злоупотребление вредными привычками, возможно неблагоприятная атмосфера в семье. И мы как педагоги, пропагандисты здорового образа жизни, должны не только научить, но и способствовать формированию гармоническому телосложению, вовлечь его в активную жизнедеятельность, сформировать гражданскую позицию и расширить представление о способах сохранения и укрепления здоровья. От этого будут зависеть такие важные жизненные функции как: осознание своего здорового образа жизни, репродукция, успешность в карьере и личной жизни.

**Целью нашего педагогического** проекта является создание условий для укрепления и сохранения здоровья старшеклассников.

**Задачами проекта мы определили:** Способствовать формированию правильному гармоническому телосложению, вовлечь в активную здоровьесберегающую жизнедеятельность, формировать активную гражданскую позицию, расширить представление о способах сохранения и укрепления здоровья.

**Участниками проекта являются**: ученики параллели 9-х классов, учителя физической культуры, классные руководители, медицинский работник, психолог, родители.

***ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ:***

**I. В подготовительный этап** входит: план мероприятий, который поможет познакомиться с целями и задачами проекта. Например, это могут быть выступления на классных часах, педагогических советах, мастер классах. Также использовать тестирование, с помощью которого мы сможем выявить отношение старшеклассников к своему здоровью ( осознанно ли они к нему подходят или нет). И соответственно, выполнение мероприятий, основываясь на материально- техническую базу школы.

**II. Практический этап** основан на тестировании обучающихся, которое направлено на выявление осознанного отношения к своему здоровью и вовлечение в активную здоровьесберегающую среду( см. приложение 1). Были применены такие методы:

Словесные ( рассказ, опрос, эвристическая беседа, описание , разбор), которые направленны на стимулирование активной деятельности, обеспечивает высокую культуру слуховых восприятий (слушание) и мышления (думанье), требует умений анализа и синтеза, конкретизации и противопоставления, суждения и умозаключения, развивает навыки чтения, устную и письменную речь;

Проблемные (поисковый, частично- поисковый, исследовательский, проектный, репродуктивный) , которые направленны на активизацию и мотивизацию к активной жизни, решение поставленных вопросов и задач как индивидуально, так и в коллективном обсуждении проблем.

Фронтальная форма направлена на выполнение задания сразу всеми детьми. Этот способ эффективен для достижения высокой плотности занятия и обеспечения большой активности детей, он широко применяется при ознакомлении с учебным материалом и его закреплением.

**III. На оценочном этапе** мы анализируем ответы учеников , после чего мы сможем оценить у учащихся уровень их отношения к своему здоровью( низкий, средний, высокий). Также анализируем эффективность проекта путем определения состояния здоровья воспитанников, сформированные мотивацией к ЗОЖ педагогами и родителями.

**ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

**Цели мероприятий:**

1. Выявление лучших учащихся для выступления в городских соревнованиях; развивать общую и специальную выносливость, укрепление здоровья учащихся и развитию высокой способности противостоять утомлению; воспитание морально-волевых качеств участников в соревнованиях.
2. Спортивные игры( футбол, баскетбол, пионербол) направлены на развитие чувства коллективизма и умение мыслить в команде; укрепление и совершенствование двигательных навыков, тактики и техники; совершенствованию гибкости мышления, координации движения, выносливости, владением мяча; укрепление морально-волевых качеств; развитие нравственных качеств личности.
3. «Туриада», «Орленок» направленны на формирование чувства коллективизма и взаимопомощи; развитие морально-волевых качеств; формирование патриотизма и ответственности; развитие функциональных возможностей организма, направленных на прикладные виды спорта.
4. Месячник военно-спортивной подготовки направлен на воспитание чувства патриотизма к Родине; развитие общего интереса к занятиям физической культурой и военно- прикладным видам спорта.

**Прогнозируемые долгосрочные и краткосрочные результаты**

**Краткосрочные:** здоровый физически, психически, нравственно, адекватно

оценивающий своё место и предназначение в жизни выпускник; обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья школьников; профилактика школьного травматизма; взаимосвязь с родителями и общественностью.

**Долгосрочные:** разработка и внедрение системы оздоровления обучающихся в школе; подготовка и переподготовка педагогических и административных кадров по проблемам охраны здоровья; оздоровительная работа с педагогами.

**Оценка эффективности реализации**

На протяжении всего курса изучения теоретических знаний, предполагается проведение мониторинга, который выявит степень овладения знаниями школьников о своём здоровье и способах его сохранения и укрепления.

Эффективность реализации оцениваем по пятибалльной шкале.

5 баллов – «ситуация заметно изменилась в лучшую сторону»; 4 балла – «ситуация изменилась скорее в лучшую сторону»; 3 балла – «ситуация не изменилась»; 2 балла – «ситуация изменилась скорее в худшую сторону»; 1 балл – «ситуация изменилась заметно в худшую сторону».

Анкетирование проводилось 2 раза в начале учебного года и в середине учебного года. Анализируя ответы учеников, мы сделали вывод, что ситуация изменилась в лучшую сторону. Нам удалось подвести обучающихся старших классов к осознанному отношению к своему здоровью, они научились выражать активно совою гражданскую позицию, расшили представления о сохранении и укреплении здоровья. Соответствует оценке 5 баллов.

**Оценка рисков.**

1**.**Получение неправильного результата (неверное направление исследований, ошибка в постановке задачи, ошибки расчетов и т.д.).

2. Отсутствие результата в установленные сроки (ошибки в оценке сроков завершения исследований , ошибки в оценке необходимых ресурсов).

3.Получение отрицательного результата (не правильный выбор пути реализации фундаментальных исследований, невозможность реализовать результат на данном уровне, ошибка в расчетах)

4. Повышение травмоопасности

Анализ может быть качественный и количественный.

Качественность мы определим в процентном соотношении :

63% -старшеклассников повысили свои знания о здоровье, и применяют постоянно различные способы для его сохранения и укрепления( спорт секции, спорт клубы, самостоятельные занятия ФК и С), активны во всех сферах жизнедеятельности, которыми интересуются обучающиеся.

27% - учащихся старшеклассников частично повысили уровень своих знании о здоровье, не регулярно занимаются спортом, малоподвижны и малоактивны в жизнедеятельности не только своей, но и общественной.

10% - не интересуются своим здоровьем, не занимаются физкультурой и спортом, не активны в жизнедеятельности.

**Перспективы проекта**

*Дальнейшее развитие проекта*

1. Проектировать, реализовывать и совершенствовать технологии и методики по сохранению и укреплению здоровья
2. Расширять представления о способах сохранения и укрепления здоровья
3. Проводить оздоровительные комплексы ОРУ для укрепления и сохранения здоровья , массовые спортивные мероприятия на разных уровнях ( школьный, городской, муниципальный и т.д.) не только среди обучающихся старшеклассников, но и родителей, преподавателей .