

Социально-педагогический проект «Здоровым быть здорово»

Актуальность проекта

Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. В последнее время на фоне меняющейся общественно-политической и экономической ситуации в стране происходят серьезные изменения в формах, методах и содержании образования. Углубляется дифференциация обучения детей с разными интеллектуальными и материальными возможностями, появляются новые социально востребованные области обучения, формируются новые жизненные приоритеты. Сохранение здоровья подрастающего поколения - задача государственной важности, так как современные школьники составляют основной трудовой потенциал страны. При этом формирование принципов здорового образа жизни у школьников, факторы сохранения здоровья детей практически не учитываются.

- Не учитывается основополагающий фактор укрепления и сохранения здоровья школьников – профессиональное здоровье педагога.
- Не разработаны технологии психологического сопровождения обучения детей в школе.
- Практически не решаются проблемы среды обитания в школе, связанные с отоплением и освещением, обеспечением стандартной мебелью, рациональным питанием и т.д.

В этих условиях одним из эффективных средств, с помощью которых можно было бы предотвратить ряд серьезных проблем и недостатков в обеспечении уровня здоровья школьников является создание школы, содействующей здоровью. По определению ВОЗ "здоровье – это состояние телесного, душевного и социального благополучия".

Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года определила первостепенные цели воспитания школьников. Одним из главных моментов является создание в общеобразовательных учреждениях условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Приоритетным направлением учебно-воспитательной деятельности нашей школы стала физкультурно-оздоровительная работа. Она включает в себя мероприятия доступные и привлекательные для большинства учащихся. Благодаря им у ребят формируется здоровый образ жизни, возникает устойчивый интерес и стремление к физическому совершенствованию.

Цели проекта

При определении целей деятельности по здоровьесбережению мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся, воспитанников, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения и др.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового

поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе, состояние здоровья ухудшается в 4-5 раз. И эти печальные факты подтверждают, что именно в школе ученик получает то или иное заболевание, отклонение здоровья. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение.

Поэтому в качестве основы нашей деятельности по здоровьесбережению стала модель школы, где приоритетом является забота о сохранении здоровья воспитанников и учителей. При этом главной целью в рамках программы "Здоровым быть здорово" является создание организационно-педагогических условий здоровьесбережения учащихся и сотрудников школы.

Задачи проекта "Здоровым быть здорово":

- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся с учетом особенностей состояния их здоровья;
- развитие психолого-логопедо-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся;
- привлечение системы ДО и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- создание уклада жизни школы, сохраняющего здоровье детей и учителей;
- внедрение инновационных технологий в учебный процесс, сохраняющих здоровье учителей и учащихся;
- разработка и внедрение технологий психологического сопровождения обучения детей в школ;
- внедрение программ гигиенического обучения и воспитания школьников;
- создание системы физкультурно-оздоровительной работы;
- разработка программ привлечения детей к исследовательской деятельности.

Основополагающие принципы построения проекта:

1. Поддержание интереса к двигательной и познавательной активности.
2. Учёт познавательной активности в двигательной деятельности.
3. Единство физического и психического развития.
4. Наглядность.
5. Принцип целостности человека, его психосоматического, социокультурного единства. При этом приоритетными компонентами деятельности должны выступать самореализация, саморазвитие и творчество, находящиеся в гармонии с двигательной активностью человека.
6. Принцип непрерывности физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности.
7. Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию физической культуры.
8. Учёт возрастно-половых особенностей учащихся в содержании учебного материала.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. На данном этапе происходит внедрение в деятельность общеобразовательного учреждения всех тех проектов, которые приняты к исполнению.

Кадровое, материально-техническое обеспечение и организационные мероприятия.

1. Создание медицинской службы для диагностики и коррекции наиболее распространенных заболеваний
2. Создание психологической службы для решения психологических проблем учителей и учащихся путем:
3. Создание методической службы для правильного выбора и внедрения в практику педагогических технологий, содействующих здоровью детей
4. Создание классов коррекционно-развивающего обучения для детей, испытывающих трудности в адаптации к школьной жизни и имеющих психические и физиологические проблемы. Выбор удачных тактик по отношению к дезадаптированному ребенку подразумевает совместную деятельность на паритетных основах медицинских работников, психологов и педагогов в рамках школы.
5. Создание экологического научно-исследовательского общества детей.

Реализация проекта в учебной деятельности

Реализация проекта в воспитательной работе школе

Одной из приоритетных задач работы МОБУ СОШ № 30 стала задача сохранения и укрепления здоровья обучающихся средствами воспитания.

Ожидаемыми конечными результатами деятельности по данному направлению явились:

- Оказание медико-психолого-педагогической помощи ребенку в зависимости от сложностей, которые он будет испытывать;
- Отработка подходов в реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном учреждении.
- Рассмотрение здоровья детей как приоритетного направления образовательной деятельности педагогического коллектива.

Очень важным моментом здоровьесберегающей деятельности любого образовательного учреждения является проблема внеурочной занятости детей, организации досуга, дополнительного образования. Реализация проекта "Здоровым быть здорово" - это школа для детей, школа для учителей, школа для родителей.

Учебно-воспитательный процесс нашей школы представлен двумя блоками:

- учебно-педагогический,
- оздоровительно-воспитательный.

Оздоровительно-воспитательный блок:

- привлекать учащихся к занятиям физической культурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни;
- создать условия для нормального физического развития учащихся;
- вооружить учащихся знаниями в области гигиены и медицины;
- сохранить и нормализовать физическое и психическое здоровье учащихся;
- создать нормальные отношения учащихся с другими людьми;
- помочь учащимся развить широкий круг способностей и знаний;
- развивать органы ученического самоуправления.

Важным моментом здоровьесберегающей деятельности является проблема внеурочной занятости детей, организации досуга, дополнительного образования.

- Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- Реализация системы просветительской работы с учениками по формированию у учащихся культуры отношения к своему здоровью;
- Повышение уровня образованности в области физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- Формирование у школьников устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом и навыков здорового образа жизни;
- Развитие и саморазвитие личности ребёнка через интегрированное и проектное обучение основам здорового образа жизни.

Проблему здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении невозможно отделить от организации физкультурно-оздоровительной работы с учащимися. В школе во второй половине дня для детей проходят занятия, включающие в себя подвижные игры на свежем воздухе, общеразвивающие упражнения, спортивные эстафеты, соревнования.

В школе регулярно проходят общешкольные Дни Здоровья с привлечением всех детей, преподавателей и родителей. В школе сложилась система просветительской работы с учениками, включающая в себя проведение уроков здоровья, тематических бесед, часов интересного общения, практических занятий, конкурсов рисунков и агитационных плакатов. Классным руководителям в этом помогают психологи, специалисты Центра психолого-медико-социального сопровождения, которые проводят классные часы на темы:

- «Здоровые советы из сундучка» (3-4 классы)
- «Радуга здоровья» (2 класс)
- «Пагубные привычки» (4 класс)
- «Эликсир здоровья» (5-8 классы)
- «Трудное слово нет» (5-8 классы)
- «Волевая самозащита от навязывания пагубных привычек» (9-11 классы)
- «Факты о культуре питания и здоровья» (6-7 классы)
- «Витамины в вашей жизни» (10 класс)

Определенная работа ведется учителями по охране жизни и здоровья обучающихся основам безопасности жизнедеятельности, в этом педагогам помогают сотрудники УМВД России по г. Таганрогу, МЧС. Лекции, классные часы, беседы, тренировочные эвакуации на случай чрезвычайных ситуаций формируют у детей желание заботиться о своем здоровье. Важнейшим звеном воспитательной системы школы является школьное самоуправление, развитие которого помогает учащимся ощутить себя организаторами своей жизни в школе, способствует привитию навыков культуры общения, умения жить в коллективе, что является немаловажным в самостоятельной жизни человека вне стен школы. Система внеурочной занятости детей, сложившаяся в нашем образовательном учреждении, направлена на то, чтобы школьная жизнь стала для них интересной и полезной.

Проводится большая работа с родителями. В школе работает профессиональный психолог. Ориентация психолога направлена не только на учащегося, но и на его семью. Это позволяет более качественно и комплексно решать проблемы психологической помощи детям и подросткам.

Цель работы педагога-психолога помочь родителям грамотно и эффективно строить свои взаимоотношения с детьми. Способствовать тому, чтобы родители были активными союзниками в разрешении школьных психологических трудностей. Психолог проводит родительские собрания на темы:

- Способности ребёнка, как их развивать
- Причины агрессии у детей. Как помочь ребёнку
- Мир в семье
- Роль отца в воспитании детей
- Ребёнок – школьник (адаптация учащихся 1 класса к школе)
- Как помочь ребёнку стать внимательным
- Психология возрастных особенностей подростка
- Трудности адаптации пятиклассников к школе
- Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу
- Этика поведения детей и взрослых
- О трудностях в учении
- Этот трудный подростковый возраст
- Причины снижения учебной мотивации у школьников

Реализация спортивно-оздоровительной работы школы

Физкультурно-оздоровительная работа включает в себя:

- подготовку и проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, дней здоровья;
- проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний;
- организацию экскурсий, походов, прогулок;
- организацию интересного и плодотворного досуга, включая каникулярное время;
- пропаганду здорового образа жизни детей и подростков;
- привлечение родителей к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

Созданы спортивные секции, в режим школьника включены спортивные перемены, физкультминутки для учащихся. Ежегодно при школе функционирует летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием. Отдельным пунктом можно назвать проведение открытых классных и общешкольных мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности: спортивные праздники, общешкольные соревнования по волейболу, пионерболу, футболу и др.

Осуществляется просвещение учителей по вопросам формирования здорового образа жизни. Коллектив учителей принимает активное участие в городской спартакиаде работников образования.

Говоря о пропаганде здорового образа жизни необходимо отметить её основные направления:

- популяризация физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры, элективные курсы;
- совместная работа с представителями здравоохранения и внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.

Большое значение коллектив школы придаёт профилактике заболеваний учащихся:

- соблюдение гигиенических норм и правил учащимися;
- соблюдение норм освещения и отопления в классах и в школе;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов;
- предупреждение распространения инфекционных заболеваний среди учащихся;

- беседы, лекции, просмотры научно-популярных программ, фильмов на тему здорового образа жизни.

ФОРМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Физкультурно-оздоровительная деятельность в школе в режиме учебного дня осуществляется в самых разнообразных формах.

В школе для учащихся 1-4 классов в течение урока обязательно проводится физкультминутка. Неукоснительно соблюдается продолжительность перемен. Систематическое пребывание на открытом воздухе оказывает закаливающее, оздоровительное воздействие на школьников. Если по объективным причинам выход на улицу невозможен, ученики могут снять напряжение и подвигаться в рекреациях.

Здесь для желающих можно поиграть в теннис, а для любителей физических упражнений доступен спортивный зал, где подготовлено простое физкультурное оборудование: мячи, скакалки, обручи.

Не менее пяти дней в учебном году выделяются на общешкольные массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия.

В подготовке и организации дней здоровья активное участие принимают ученики и педагоги.

Во внеурочное время ребята посещают спортивные секции (гандбол, баскетбол).

Подводя итог вышесказанному, необходимо отметить, что эффективность проекта в плане оздоровления учащихся путём приобщения их к здоровому образу жизни, повышения потребности двигательной активности и совершенствования физической и нравственной культуры полностью подтверждаются.

Ожидаемые конечные результаты программы:

1. Повышение функциональных возможностей организма учащихся.
2. Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
3. Повышение приоритета здорового образа жизни.
4. Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
5. Повышение уровня самостоятельности и активности школьников в двигательной деятельности.
6. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников
7. Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей.
8. Снижение заболеваемости обучающихся, вызываемых вирусными инфекциями.
9. Улучшение психологического микроклимата в классе, в школе, в педколлективе.
10. В результате профилактических, коррекционных, оздоровительных мероприятий происходит адаптация детей к жизни.
11. Школа становится информационным центром по здоровьесберегающим технологиям обучения и формированию здорового образа жизни.

На этапе реализации сотрудники школы имеют возможность корректирования деятельности по здоровьесбережению с целью повышения меры ее соответствия основным установкам, назначенным функциям и нормативам, которые определены на предыдущих этапах: целеполагания и проектирования.

Заключительный этап управленческой деятельности связан с анализом и оцениванием результатов достижения целей. Речь идет об анализе деятельности школы по осуществлению на практике мероприятий, направленных на создание организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий

здоровьесбережения. Оценка результатов достижения целей состоит в сравнительном соотнесении замыслов, сформулированных на этапе целеполагания, с появившимися после осуществления деятельности по здоровьесбережению изменениями в соответствии с прогнозируемой личностью ученика и ожидаемыми конечными результатами проекта «Здоровым быть здорово».

Реализация проекта «Здоровым быть здорово» направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Для этого нами создана прогнозируемая модель личности ученика:

1. Физически, нравственно, духовно здоровая личность.
2. Образованная, адаптированная к условиям нестабильного социума.
3. Осознание себя как биологического, психического и социального существа.
4. Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности как условий благополучного существования человека.
5. Правильная организация своей жизнедеятельности.
6. Стойкий интерес к познавательной и двигательной деятельности.
7. Устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями.
8. Потребность в самостоятельной двигательной активности.
9. Самоконтроль, личностное саморазвитие.
10. Творческая продуктивность.

Базовыми компонентами на всех ступенях являлись:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Сроки и этапы

Данная программа конкретизируется в виде годового плана работы, в течение которого решаются следующие вопросы:

I этап – диагностический

четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;

гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;

планомерная организация питания учащихся;

развитие психолого-логопедо-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся;

привлечение системы ДО и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

II этап – теоретическая разработка проекта

Разработка методик медицинской диагностики.

Разработка методик психологической диагностики.

Разработка совместной деятельности медиков – психологов – педколлектива.

Разработка совместной спортивно-оздоровительной деятельности школы и учреждений культуры, спорта.

III этап – опытно-экспериментальная работа.

Апробация методик медицинской диагностики, психологической диагностики, педагогической диагностики.

Проведение психолого-педагогических консилиумов.

Проведение психолого-педагогических семинаров.

Промежуточная диагностика изменения кривой заболеваемости учащихся.

IV этап – обобщение результатов.