

Проект «Здоровые дети»

Руководитель проекта: Слепцова Алена Сергеевна, методист МКУ ДО ЦДО УКМО

Пояснительная записка

*Здоровый дух в здоровом теле — вот краткое,
но полное описание
счастливого состояния в этом мире*
Джон Локк

Введение

Благополучие и здоровье людей – главное условие человеческого счастья, а здоровье детей – особенно! Недаром народная мудрость гласит: «Береги здоровье смолоду». Но сегодня состояние здоровья многих детей вызывает большую тревогу. Поэтому одной из самых главных задач родителей, работников образовательных учреждений и врачей является сохранение и укрепление здоровья ребенка.

Вряд ли кто-то сомневается правомочности изречения: «болезнь легче предотвратить, чем лечить». Надо помнить, что многое в этой жизни зависит от нас самих, хотя в современном мире человеку все сложнее сохранять свое здоровье. От нашей вечной гонки в первую очередь страдают дети. Их организм еще недостаточно сформирован и слишком раним, а потому пока еще не может в полной мере справляться с негативными воздействиями внешнего мира.

На здоровье ребенка оказывает влияние следующие факторы:

- эмоциональное состояние в семье;
- образ жизни;
- качество питания;
- наследственность;
- экология;
- уровень медицины.

Некоторые из этих факторов объективны, а на некоторые мы можем оказывать влияние. Не так уж это и трудно придерживаться здорового образа жизни: заменить чипсы на кукурузные хлопья, конфеты – на сухофрукты, "Кока-колу" на компоты и морсы, а сидение перед телевизором и компьютером – на прогулки на свежем воздухе. Нужно лишь начать.

Конечно, совсем избавить ребенка от заболеваний невозможно. Но уменьшить их количество, тяжесть или продолжительность вполне реально.

Актуальность проекта

В современных условиях ценность здоровья в стратегии развития отечественного образования является одним из приоритетных его направлений, служит основой духовно-нравственного, социального и физического благополучия, условием и базисом полноценного становления личности. Современная модель образования смещает фокус внимания с формирования знаний, умений и навыков у учащихся на целостное развитие личности. В этих условиях особенно возрастает социальная, психологическая и педагогическая значимость формирования у учащихся в процессе образовательной деятельности ценностного отношения к здоровью как к ресурсу, определяющему в дальнейшем полноту реализации жизненных целей и смыслов, качество будущей жизни.

Организация здорового развития ребёнка во всех сферах его жизнедеятельности должна предполагать формирование и развитие следующих сторон личности ребёнка:

- гуманистических ценностных ориентаций, расширение круга интересов;
- физической активности и культуры;
- успеха в различных видах деятельности, доступных для ребенка на данной ступени развития;
- самостоятельности во всех сферах жизнедеятельности;
- активной включённости в коллективную социально-значимую деятельность.

Актуальность воспитания здорового образа жизни детей подчеркивается на государственном уровне президентом страны В.В. Путиным «Мы вместе обязаны преодолеть безответственное отношение общества к вопросам здорового образа жизни. Наряду с развитием здравоохранения, больше внимания следует уделять сбережению здоровья. Только курение, наркомания, алкоголизм преждевременно уносят сотни тысяч жизней наших граждан ежегодно. Нужны новые формы работы, широкий выбор не только спортивных, но и оздоровительных мер особенно, для детей младшего возраста, именно в этом возрасте закладываются привычки и интересы, и нужно их сформировать».

Поддержка здорового образа жизни должна строиться на государственных, научных, методических документов, таких как, национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» и ФГОС провозглашают необходимость перестройки сложившегося в образовании подхода и перехода от здоровьесохранения к здоровьесозиданию школьников, поиску новых, более эффективных форм управления этой работой в обучении и воспитании.

Под понятием «здоровьесозидающая деятельность» понимается сотворение здоровья как качественно новой характеристики, поэтому данное словосочетание содержит как здоровьесберегающую деятельность, так и деятельность по формированию и по совершенствованию здоровья.

Всем знакома проблема, что здоровых детей в стране почти нет! По данным научных исследований на сегодняшний день около 30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза. Директор Научного центра здоровья детей РАМН Александр Александрович Баранов утверждает, что сегодня в стране только 3% здоровых детей. К окончанию школы более 90% учащихся имеют несколько хронических заболеваний. Такая ситуация обусловлена рядом объективных и субъективных факторов. Нестабильность общественного развития, создающая широкий спектр внешних и внутренних угроз, влекущих за собой конфликтогенность и агрессивность, эмоциональное напряжение в межличностном взаимодействии, проецируются на образовательную среду, порождают проблему психологической безопасности и психического здоровья ее субъектов.

Цель проекта:

Способствовать сохранению здоровья детей через формирование и пропаганду основ здорового образа жизни, отказа от вредных привычек и зависимостей среди учащихся УКМО.

Задачи проекта:

- популяризация здорового образа жизни;
- повышение эффективности мероприятий по пропаганде здоровья и здорового образа жизни, поиск новых форм работы;
- привлечение внимания родителей, педагогов и учащихся школ, общественности города и СМИ к вопросам создания в городе и районе благоприятной среды для укрепления и сохранения здоровья.

Основные направления деятельности по проекту:

- информационно-пропагандистская деятельность
- организационно-методическая деятельность

- физкультурно-массовая работа

Целевая аудитория: Основные целевые группы, на которые направлен проект – учащиеся (дошкольники, школьники, студенты) в возрасте от 5 до 18 лет.

Участники проекта:

- дошкольники, школьники, студенты УКМО;
- педагоги;
- родители;
- администрация УКМО;
- общественность города и района;
- СМИ.

Для эффективной работы вышеуказанных творческих объединений необходимо следующее ресурсное обеспечение:

Материально-техническое обеспечение	1. Создание доступной среды (спортивных залов и площадок для работы с детьми) 2. Оснащение необходимыми материалами организуемых физкультурно-спортивных мероприятий;
Научно-методическое обеспечение	1. Проведение конференций, семинаров по проблемам в области ЗОЖ; 2. Создание методических разработок по теме ЗОЖ; 3. Работа творческой группы по обобщению и распространению информации о ЗОЖ.
Информационное обеспечение	1. Функционирование сайта МКУ ДО ЦДО УКМО, программ, наглядно-агитационный материал по ЗОЖ.
Нормативно-правовое	Разработка документов: - положения о конкурсах; - информационная поддержка победителей и призеров конкурсов, соревнований средствами муниципальных, региональных СМИ.

Дорожная карта проекта «Здоровые дети»

№	Название мероприятий/	Сроки	Ожидаемый результат	Целевая аудитория	Ответственные
Информационно-пропагандистская деятельность					
1.	Выпуск сезонной тематической газеты, пропагандирующий здоровый образ жизни. (Приложение 1)	1 раз в квартал	Овладение участниками проекта знаниями различных способов, укрепляющих здоровье, формирование привычки к постоянным занятиям физической культурой и спортом, бережного отношения к своему здоровью до 90%	Все участники образовательных отношений	Методист физкультурно-спортивной направленности
2.	Выпуск и распространение буклетов и листовок, пропагандирующих здоровый образ жизни. (Приложение 2)	Ежемесячно			
3.	Видеопередача «Здоровье детей – будущее России» в детской программе «Росток» (Приложение 3)				Методист физкультурно-спортивной направленности, методист Социально-педагогической направленности.
4.	Круглый стол на темы: «Осторожно, наркотики!» «Компьютер и ребенок. За и против?»	Январь 2018г., Январь 2019г.			Методист физкультурно-спортивной направленности, педагог-психолог МКУ ДО ЦДО УКМО
5.	Страничка здоровья на официальном сайте МКУ ДО ЦДО УКМО Страничка здоровья				Методист физкультурно-спортивной направленности

Организационно-методическая деятельность					
6.	Семинар-практикум для педагогического состава МКУ ДО ЦДО УКМО на тему «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе».	Ежегодно	Повышение профессиональных компетенций педагогов по применению здоровьесберегающего подхода к обучению до 90%	Педагоги МКУ ДО ЦДО УКМО	Методист физкультурно-спортивной направленности, педагоги дополнительного образования МКУ ДО ЦДО УКМО.
7.	Проведение недели педагогического мастерства физкультурно-спортивной направленности МКУ ДО ЦДО УКМО	Ежегодно	Трансляция передового опыта педагогами физкультурно-спортивной направленности. Повышение категоричности до 70%		
8.	Участие в профессиональных конкурсах, научно-практических конференциях разного уровня, подготовка методического сборника «Здоровые дети»	2020г	Трансляция передового опыта работы по проекту	Все участники образовательных отношений	Методист физкультурно-спортивной направленности
Физкультурно-массовая работа и творческая работа, пропагандирующая здоровый образ жизни.					
9.	Спортивные игры, в т.ч. рамках программы «Выходи играть во двор»	1 раз в квартал	Увеличение количества учащихся, занятых физической культурой и спортом до 100%. Популяризация русских народных игр	Учащиеся Школы раннего развития «АБВГДейка» МКУ ДО ЦДО УКМО	Методист физкультурно-спортивной направленности, педагоги МКУ ДО ЦДО УКМО
10.	Спартакиада	Ежегодно с февраля по май с 2018г.	Увеличение количества учащихся, занятых физической культурой и спортом до 90%. Уменьшение количества молодёжи, склонных к асоциальному поведению.	Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО	Методист физкультурно-спортивной направленности, педагоги МКУ ДО ЦДО УКМО
11.	Муниципальный конкурс «Самый здоровый класс»	Ежегодно		Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО	Методист физкультурно-

				и МОУ СОШ УКМО	спортивной направленн ости, педагоги МКУ ДО ЦДО УКМО
12.	Детский спортивный летний профильный лагерь «Спортивная подготовка боксу», «Школа тенниса» МКУ ДО ЦДО УКМО	Ежегодно	Увеличение количества учащихся, занятых физической культурой и спортом в летнее каникулярное время, в т.ч. «группы риска». Развитие социальной активности детей разных категорий до 80%	Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО	Методист физкультурно-спортивной направленности
13.	Квест-игра «Путь к здоровью»	Ежегодно	Овладение участниками знаниями по ЗОЖ до 100%		Методист физкультурно-спортивной направленности
14.	Конкурс рисунков « В здоровом теле – здоровый дух»	ежегодно	Увеличение численности вовлечения молодежи в мероприятия проекта до 50%	Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО и МОУ СОШ УКМО (5-6 классы)	Методист физкультурно-спортивной направленности, педагоги МКУ ДО ЦДО УКМО.
15.	Конкурс презентаций «Здоровым быть модно? Здоровым быть здорово!»	ежегодно	Увеличение численности вовлечения молодежи в мероприятия проекта до 50%	Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО и МОУ СОШ УКМО 7-11 классы	Методист физкультурно-спортивной направленности, педагоги МКУ ДО ЦДО УКМО.
16.	Фотоконкурс «Моя здоровая семья»	Ежегодно	Увеличение численности вовлечения молодежи в мероприятия проекта до 50%	Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО и МОУ СОШ УКМО	Методист физкультурно-спортивной направленности
Привлечение внимания родителей, педагогов и учащихся школ, общественности города и СМИ к вопросам создания в городе и районе благоприятной среды для укрепления и					

сохранения здоровья					
17.	Анкетирование «Здоровый образ жизни учащихся и родителей»	Ежегодно	Повышение компетентности педагогической и родительской общественности, других специалистов, работающих с детьми и подростками, в вопросах ЗОЖ и профилактики асоциальных проявлений в обществе до 100%	Учащиеся МКУ ДО ЦДО УКМО, родители.	Методист физкультурно-спортивной направленности, методист МКУ ДО ЦДО УКМО по мониторинговой деятельности.

**Этапы реализации проекта
2017-2020гг.**

№	Этапы/Мероприятия	Сроки
	Этап: подготовительный	Август - октябрь 2016г
	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение опыта работы (отечественного и зарубежного) по пропаганде здорового образа жизни среди подростков и молодёжи; • Анкетирование всех участников образовательных отношений 	
	Этап: реализация проекта	Ноябрь 2016 –январь 2020
	<ul style="list-style-type: none"> • Мероприятия для учащихся: Анкетирование , конкурс «Самый здоровый класс», фотоконкурс, конкурс рисунков, конкурс презентаций, спортакиада, квест-игры, спортивные игры, спортивные детские профильные лагеря и др. • Мероприятия для родителей: анкетирование, родительские собрания, квест-игры и др. • Мероприятия для педагогов: курсы повышения квалификации, профессиональные конкурсы, участие в научно-практических конференциях разных уровней и др. 	
	Этап: итоговый	Январь 2020-август 2020
	<p>Мониторинговая деятельность Обобщение и трансляция опыта на разных уровнях Участие педагогов, учащихся и родителей в НПК и конкурсах педагогического мастерства Выпуск сборников методических материалов и др.</p>	

Детализированная смета денежных расходов

№	Перечень расходов	Стоимость (ед.), руб.	Кол-во единиц	Всего, руб.	
1.	Канцелярские товары	Бумага, 300	20	6000	
		Изготовление печатной продукции (фотобумага, картриджи)	Фотобумага, 350	5	1750
	Изготовление баннера	Цветные картриджи, 1000	5	5000	
		Баннер «Мы за здоровый образ жизни», 500	3	1500	
		Печать буклетов, листовок	Буклеты, 20 Листовки, 30	300	6000
	2.	Призовой фонд проекта Муниципальный конкурс «Самый здоровый класс»	Буклеты, 20	300	6000
			Листовки, 30	300	6000
			Дипломы, 20	50	1000
			Благодарности, 20	50	1000
		Конкурс рисунков «В здоровом теле – здоровый дух» 5-6 классов	Сертификат за 1 место, 10000	3	30000
Сертификат за 2 место, 5000			3	15000	
Сертификат за 3 место, 3000			3	9000	
Сертификаты, 1 по 500			3	1100	
Конкурс презентаций «Здоровым быть модно?» 7-11 классов			2 по 300	3	1100
Фотоконкурс «Моя здоровая семья»			1 по 500 2 по 300		
		1 по 500 2 по 300			
	Итого			85550	

Ожидаемый результат

1. У участников Проекта повысится мотивация к ведению здорового и безопасного образа жизни, сформируется негативное отношение к различным асоциальным явлениям в обществе.

2. Повысится физическая и социальная активность молодежи путем вовлечения в спортивные мероприятия

3. Повысится компетентность педагогической и родительской общественности, других специалистов, работающих с детьми и подростками, по вопросам ЗОЖ и профилактики асоциальных проявлений в обществе.

Список литературы

1. Волосникова Т. В. Проблема взаимодействия дошкольного учреждения и родителей по оздоровлению детей // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2011. - Т. 71. - № 1. - С. 31-35.
2. Глущенко О. Н. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. - 2012. - № 2. - С. 52.
3. Епифанов В. А. Выпрями спинку : советы семьи академиков Епифановых. – М. : Эксмо , 2011. - 156 с. Свердловская ОУНБ; КХ; Формат С; Инв. номер 2326710-КХ
4. Зайденварг Г. Положительный баланс // Счастливые родители. - 2011. - N 12. - С. 68-72.
5. Кириллова Ю. А. Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми от 3 до 7 лет // Дошкольная педагогика. - 2012. - № 2. - С. 4-8.
6. Сербина Т. Ю. Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического воспитания детей // Педагогика. - 2011. - № 10. - С. 60-61.
7. Стратегия развития : здоровое поколение // Обруч : образование, ребенок, ученик. – 2007. - N 1. - С. 2-8.
8. Савко Лилия Правильная осанка. Как спасти ребенка от сколиоза; Книга по Требованию - М., 2011. - 144 с.
9. Никитин Анатолий Как противостоять неблагоприятному влиянию на организм погодных факторов; Книга по Требованию - М., 2013. - 128 с.
10. Абросимова, М.Ю. Здоровье молодёжи / М.Ю.Абросимова и др. – Казань: «Медицина», 2007. - 220 с.
11. Гафаров В.В. Личность и ее взаимодействие с социальной средой: непроторенная дорога / В.В. Гафаров и др. – Новосибирск: Изд-во СОРАН, 2008. – 280 с.
12. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие / Е.Н.Назарова, Ю.Д. Жилов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 256 с.
13. Счастье быть здоровым / под ред. С.А.Муравьев, Г.А.Макарова. – Екатеринбург: «Фотек», 2009. - 120 с.
14. Ирхин В., Ирхина И. «Учитесь на здоровье» М., 2008г.
15. Журнал «Здоровье детей» № 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 2008 г.
16. Использованы материалы Интернет ресурсов:
<http://www.6school.ru/health/zog.html> - Статья «Новое поколение выбирает ЗОЖ»
<http://www.6school.ru/health/zog.html> - Статья «Школа за здоровый образ жизни» в разделах: Внеклассная работа, Школьная психологическая служба, Социальная педагогика.

Темы сезонной тематической газеты, пропагандирующий здоровый образ жизни:

- «Осторожно грипп»
- «Витаминная»
- «После каникул»
- «Зимние виды спорта»
- «Великие люди о спорте»
- «Друзья и враги нашего здоровья»
- «Гигиена и отличное здоровье»
- «И старым и молодым вреден табачный дым»
- «Почему алкоголь называют ядом»
- «Зрение -бесценный дар»
- «Как бороться со стрессом»
- «Культура питания и ЗОЖ»
- «Твое здоровье в твоих руках»
- «Выбирая спорт- мы выбираем здоровье»
- «Овощи и фрукты полезные продукты»
- «Голова всему голова»

Темы буклетов и листовок, пропагандирующих здоровый образ жизни:

- «Осторожно, не поскользлись»
- «Внимание, внимание, грипп!»
- «Избавляемся от вредных привычек»
- «Витамины с огорода»
- «Выбираем спорт осенью»
- «Правильный психологический настрой в преддверии осени»
- «Здоровые дети»
- «Почему детям нужно заниматься спортом»
- «Сбалансированное питание спортсменов»
- «Физкультминутка-элемент современного урока»
- «Как провести новогодние каникулы с детьми»
- «Правила безопасного поведения детей на железно- дорожном транспорте»
- «Алкоголь самый заклятый враг»
- «Весенний лед-источник повышенной опасности»
- «Тренируем иммунитет»
- «Курить! Не модно!»
- «Дартс»
- «Бокс»
- «Как не заболеть гриппом. Предупрежден, значит вооружен»
- «Осторожно, тонкий лед!»
- «Педикулез»
- «Профилактика гриппа»
- «Гигиена физического воспитания детей»
- «Огонь-друг, огонь-враг»
- «Скажи: нет наркотикам!»

- «Режим дня школьника»
- «Основные составляющие здорового образа жизни»
- «Здоровая улыбка»
- «Завтрак, необходим ли он?»
- «Польза пеших прогулок»
- «Прививки»
- «Движение к успеху, красоте и здоровью»
- «Полезные привычки»
- «Осторожно, клещ!»

Приложение 3

Темы видеопередач «Здоровье детей – будущее России» в детской программе «Росток»

- «Профилактика гриппа»
- «Переохлаждение»
- «Правильная осанка»
- «Прогулки на свежем воздухе»
- «Правила безопасного движения»
- «Правильный режим дня»
- «Будущее без наркотиков!»
- «Мойте руки не только перед едой»
- «Утренняя зарядка»
- «Правильное питание»
- «Как провести новогодние каникулы в кругу семьи»
- «Интернет и здоровье»
- «Польза спорта для организма подростка»
- «Курение-это опасно!»
- «Сон и бессонница»
- « Как с пользой провести летние каникулы»
- «Велопрогулки»
- В гостях у объединения «Настольный теннис» МКУ ДО ЦДО УКМО
- В гостях у объединения «Бокс» МКУ ДО ЦДО УКМО
- В гостях у объединения «Дартс» МКУ ДО ЦДО УКМО
- В гостях у объединения «Самбо» МКУ ДО ЦДО УКМО
- «Фитнес и его особенности»
- «Коктейль здоровья»
- «Осанка и комплексы упражнений по профилактике ее нарушений»
- «Зрение»
- «Сколиоз»
- «Здоровье и компьютер»
- «По профилактике детского дорожно-транспортного травматизма»
- «Современная обувь и здоровье»
- «Джинсы. Мода и здоровье»